

# SUOMALAISTEN VALMENTAJIEN KOULUTUSPOLUT

Kartoitus suomalaisten valmentajien ja ohjaajien koulutustaustasta,  
valmennusuran tavoitteista ja valmennettavien urheiljoiden tasosta

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU  
Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Syksy 2010  
Niko Nättinen  
Ahti Romo

Lahden ammattikorkeakoulu  
Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma

NÄTTINEN, NIKO & ROMO, AHTI    Suomalaisen valmentajien koulutuspolun  
Kartoitus suomalaisten valmentajien ja  
ohjaajien koulutustaustasta, valmen-  
nusuran tavoitteista ja valmennettavien  
urheilijoiden tasosta

Opinnäytetyö, 52 sivua

Syyskuu 2010

## TIIVISTELMÄ

---

Työ on määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus, joka on toteutettu yhteistyössä Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen (KIHU) kanssa. Työn tarkoituksena oli kartoittaa suomalaisten valmentajien ja ohjaajien koulutustaustoja. Lisäksi tutkittiin opetus- ja liikunta-alan sekä eri valmentajakoulutuksia käyneiden valmentajien/ohjaajien valmennusuran tavoitteita ja valmennettavien urheilijoiden tasoa. Lopuksi selvitettiin kuinka paljon valmentajat ja ohjaajat olivat käyneet lajiliittojen järjestämiä koulutuksia valmentajan ammattitutkintojen tai korkeakoulutason valmentajatutkintojen lisäksi.

Työn aineistona käytettiin KIHU:n teettämää kyselyä. Kyselyn kohderyhmänä olivat Suomen Valmentajat ry:n jäsenet, joiden sähköpostiosoite oli yhdistyksen rekisterissä (n=2015) ja ne Nuoren Suomen sinettiseuraohjaajat ja -valmentajat (n=3049), jotka olivat määräaikaan mennessä pyynnöstä toimittaneet sähköpostiosoitteensa tutkimusta varten. Kyselyyn vastasi yhteensä 2476 (49 %) eri tasoilla ja lajeissa toimivaa valmentajaa ja ohjaajaa.

Tulosten mukaan suomalainen valmentaja- ja ohjaajakunta koostuu pääasiassa keski-ikäisistä aikuisista. Vastaajista noin puolella oli ammatillinen perus- tai ammattikorkeakoulututkinto ja kolmasosalla oli opetus- tai liikunta-alan koulutus. Lajiliittojen järjestämistä valmentajakoulutuksista eniten oli käyty I-tason koulutuksia.

Suomalaiset valmentajat ja ohjaajat vaikuttivat pääosin olevan erittäin motivoituneita kehittämään itseään. Suuri osa tahtoi myös valmentamisesta ammatin itselleen tai kehittyä huippuvalmentajan tasolle. Tulosten mukaan voitiin todeta seuraavasti: mitä korkeammalle tasolle valmentaja tai ohjaaja oli kouluttautunut, sitä korkeammalla olivat myös valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso.

Ammatillisen tai korkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneillä oli vaihtelevasti lajiliiton koulutuksia. Molemmilla tasoilla noin neljännes oli henkilöitä, jotka eivät olleet käyneet lainkaan lajiliiton koulutuksia. Ammatillisessa valmentajakoulutuksessa oli selkeästi suurempi määrä henkilöitä, jotka olivat käyneet kaikki lajiliiton valmentajakoulutukset.

Avainsanat: valmennus, valmentajakoulutus, tavoite, taso

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Sports and Leisure

NÄTTINEN, NIKO & ROMO, AHTI    Finnish coaches education trails  
A study of the sports education and the  
standard and goals of coaching of Finnish  
coaches

Study, 52 pages

Autumn 2010

## ABSTRACT

---

This quantitative study was done co-operation with the Research Institute of the Olympic Sports. The objective of the study was to examine the education of Finnish coaches. In addition, the goals of coaching career and the standard of coaching of the respondents were unveiled. The respondents were in the fields of teaching, physical education or different kinds of coaches. Finally, the study uncovered the level of sports educations of the participants. The coaches were divided into three different groups according to their education. These groups were university-, university of applied sciences-, and vocational school coaches.

The target group included 2015 members of the Finnish Coaching Association, whose e-mail address was registered in the association. There were also 3049 coaches of Nuori Suomi clubs who took part in the survey; they had sent their e-mail address before the deadline. In this survey, there were 2476 (49 %) respondents who work different standards and sports of coaching.

The results show that most of the Finnish coaches are middle-aged adults. About a half of the respondents got vocational upper education or university of applied sciences degree, and a third of them have a degree in teaching or in physical education. Most of them have received a Level I sports training for coaches offered by their Sports Associations.

The Finnish coaches mostly seemed to be very motivated in educating themselves. Many of them also wanted to be at the professional or top-level coaches. The results showed that the coaches with a higher education also coached with higher standard athletes and also got higher goals of coaching career.

There was some variation in the level of sports training of the participants between university- and vocational school coaches. A quarter of these both coaches had not received any of the I-III levels of sports education. A half of the coaches with an education from a vocational school had acquired all three levels available of the sports education.

Key words: coaching, coach education, goal, standard

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	VALMENTAJA- JA OHJAAJAKOULUTUS SUOMESSA	3
2.1	Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen lähihistoria	3
2.2	Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishanke (VOK)	4
2.3	Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen rakenne	5
2.4	Lajiliittotasojen koulutukset I-III	6
2.5	Liikunta-alan ammatillinen koulutus	7
2.6	Liikunta-alan ammatilliset valmentajakoulutukset	8
2.7	Liikunta-alan ammattikorkeakoulututkinto	9
2.8	Liikunta-alan yliopistotutkinto	10
3	VALMENTAJAN OSAAMINEN –MITEN VALMENTAJAT OPPIVAT?	11
3.1	Kuinka valmentajat oppivat valmentamaan?	11
3.2	Valmentajakoulutuksen sisältö ja opetustyyli	13
4	VALMENTAJIEN AMMATTITAITO –MITÄ SE ON JA MISTÄ SE KOOSTUU?	14
5	TUTKIMUSASETELMA	15
5.1	Tutkimuksen tarkoitus	15
5.2	Tutkimusongelmat	16
5.3	Tutkimusmenetelmä	17
5.4	Kyselytutkimuksen erityispiirteet	18
5.5	Tutkimuksen toteutus ja sen luotettavuus	19
6	TUTKIMUSTULOKSET	21
6.1	Vastaajien taustatiedot ja koulutustausta	21
6.2	Valmentaja- ja opetus-/liikunta-alan koulutusten vaikutukset valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteisiin ja valmennettavien urheilijoiden tasoon	24
6.2.1	Lajiliittojen 0-III-tason valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso	27

6.2.2	Valmentajan ammattitutkintoja tai korkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso	29
6.2.3	Yliopisto- tai ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden erot valmennusuran tavoitteissa ja valmennettavien urheilijoiden tasoissa	31
6.2.4	Opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteet ja ja valmennettavien urheilijoiden taso	33
6.3	IV- ja V-tason valmentajakoulutuksen läpikäyneiden henkilöiden omaavat lajiliitto koulutukset	35
7	POHDINTA	38
7.1	Suomalaisten valmentajien ja ohjaajien koulutustausta	38
7.2	Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso	39
7.2.1	Lajiliittokoulutuksia paljon käyneiden valmentajien valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien tasot ovat korkeaa luokkaa	40
7.2.2	IV- ja V-tason valmentajakoulutuksista kansallisen- tai kansainvälisen tason urheilijoiden valmentajiksi	41
7.2.3	Yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksissa ei ollut merkittäviä eroja valmennusuran tavoitteissa tai valmennettavien urheilijoiden tasoissa	42
7.2.4	Yhteenveto eri valmentajakoulutuksia käyneistä valmentajista ja ohjaajista	43
7.3	Opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneillä henkilöillä valmennusuran tavoitteet ovat korkeat ja he valmentavat monipuolisesti eri tason urheilijoita	44
7.4	Lajiliittojen koulutukset ammatillisissa valmentajakoulutuksissa	45
8	YHTEENVETO & ARVIOINTI	47

# 1 JOHDANTO

Jokaisella suomalaisella valmentajalla ja ohjaajalla on omanlaisensa historia ja erilaiset lähtökohdat valmennustoiminnassa. Oppiminen rakentuu tiedon, osaamisen ja aiempien kokemusten muodostamalle perustalle, jossa koulutuksella on tärkeä merkitys. Valmentaja- ja ohjaajakoulutukseen tullaan elämänculun eri vaiheissa, erilaisilla tavoitteilla ja taustoilla koskien niin aikaisempaa koulutusta, ammatillista osaamista kuin elämäncokemusta.

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksessa aloitettiin vuonna 2009 kolmevuotinen tutkimusprojekti. Sen tarkoituksena on tuottaa tietoa siitä, mistä lähteistä ja miten suomalainen valmentaja/ohjaaja kehittää asiantuntijuuttaan ja osaamistaan valmennusuransa aikana, sekä arvioida nykyisen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen vaikuttavuutta. Vaikka valmentajan asiantuntijuuden kehittymistä on kansainvälisesti tutkittu jo jonkin verran, ei vastaavanlaista kartoitusta suomalaisten valmentajien keskuudessa ole aiemmin tehty.

Tutkimusprojektin aineisto kerättiin käyttäen nettipohjaista kyselylomaketta. Sen kohderyhmänä olivat Suomen Valmentajat ry:n jäsenet, joiden sähköpostiosoite oli yhdistyksen rekisterissä (n=2015) ja ne Nuoren Suomen sinettiseuraohjaajat ja -valmentajat (n=3049), jotka olivat määräaikaan mennessä pyynnöstä toimittaneet sähköpostiosoitteensa tutkimusta varten. Tutkimukseen osallistuneet valmentajat ja ohjaajat toimivat tai ovat toimineet valmentajina eri tasoilla, aina lastenohjaajasta huippuvalmentajan tasolle asti.

Tässä opinnäytetyössä kartoitetaan valmentajien ja ohjaajien koulutustaustoja. Tarkoituksena on selvittää, millaisella koulutus pohjalla suomalaiset valmentajat ja ohjaajat toimivat valmennusympäristössään. Lisäksi tutkitaan eri valmentajakoulutuksia sekä opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteita, sekä valmennettavien urheilijoiden tasoa. Lopuksi pyritään selvittämään, kuinka paljon valmentajat ja ohjaajat käyvät lajiliittojen järjestämiä valmenta-

jakoulutuksia valmentajan ammattitutkintojen tai korkeakoulutason valmentajatutkintojen lisäksi.

Taustaosassa käsitellään suomalaisen valmentajakoulutusjärjestelmän rakennetta ja esitellään kattavasti järjestelmään kuuluvia tutkintoja. Tarkoituksena on avata lukijalle sitä, millaisia koulutuksia läpikäymällä voi saavuttaa tietyn tason valmentajan pätevyyden. Tämän lisäksi tutustutaan ulkomaisiin tutkimuksiin, jotka käsittelevät valmentajakoulutusjärjestelmien toimivuutta ja niiden sisältöjen laatua. Lukijalle pyritään myös selventämään mitä valmentajan osaaminen on ja mistä se koostuu.

Toivomme, että työstä on hyötyä erityisesti VOK-hankkeelle (valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittäminen), jonka päätavoitteena on kehittää ja yhdenmukaistaa osaamistavoitteiltaan ja vaatimustasoltaan lajiliittojen järjestämää I-III tason valmentajakoulutusta. Tutkimustuloksista saattaa olla hyötyä myös valmentajan ammattitutkintojen ja korkeakoulutasoisten valmentajakoulutusten sisältöjen ja tavoitteiden kehittämisessä.

## 2 VALMENTAJA- JA OHJAAJAKOULUTUS SUOMESSA

Perinteisesti suomalainen urheiluvalmennus tapahtuu pääasiassa urheiluseuroissa ja lajiliitoissa, joita tukevat suomalaisen urheilun eri organisaatiot. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksella on ollut tärkeä rooli jo usean vuosikymmenen ajan suomalaisen liikuntakulttuurin ylläpitäjänä ja urheilumenestyksen takaajana. Tässä kappaleessa käsitellään valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen historiaa, sen rakennetta ja liikunta-alan ammatillisia tutkintoja. Lukijalle esitellään myös ajankohtainen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishanke VOK.

### 2.1 Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen lähihistoria

Suomalainen valmentaja- ja ohjaajakoulutus on muuttunut paljon ympäröivän yhteiskunnan muutosten myötä. Suomen Valtakunnan Urheiluliiton (SVUL) 1960-luvun lopulla luoma kolmiportainen CBA-järjestelmä laati linjan suomalaiselle urheiluvalmennukselle. Systemaattisen valmentajakoulutuksen voidaankin katsoa käynnistyneen juuri tuolloin. 1970- ja 1980-luvuilla Työväen Urheiluliiton (TUL) sekä Suomen Palloliiton vastaavat järjestelmät toimivat oto-valmentajien koulutuksessa. Ammattivalmentajia varten 1980-luvulla syntynyt Kansallinen Valmentajatutkinto (KVT) ja 1970-luvun lopulla käynnistetty Jyväskylän yliopiston valmentajien koulutusohjelma olivat merkittävän edistysaskel suomalaisten huippu- ja ammattivalmentajien koulutuksessa. (Hakkarainen ym. 2009, 52; Suomen Valmentajat ry 2004, 7.)

Valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmässä koettiin 1990-luvun alkupuolella suuria muutoksia, kun SVUL:n toiminta lakkautettiin. Samalla CBA-järjestelmä ajettiin alas ja koulutusvastuu siirrettiin kokonaisvaltaisesti lajiliitoille ja Nuori Suome ry:lle keskushallinnon sijaan. Kaikille lajeille yhteisten valmennuksen perusasioiden sijoittaminen koulutuksiin jäi lajiliittojen omalle vastuulle. Samaan aikaan yleisurojen osuus pieneni huomattavasti ja perustettiin lajikohtaisia erikoisseuroja. Lajien



polarisoituminen ja eriytyminen näkyi myös valmentajakoulutuksessa. (Hakkarainen ym. 2009, 52; Suomen Valmentajat ry 2004, 7.)

## 2.2 Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishanke (VOK)

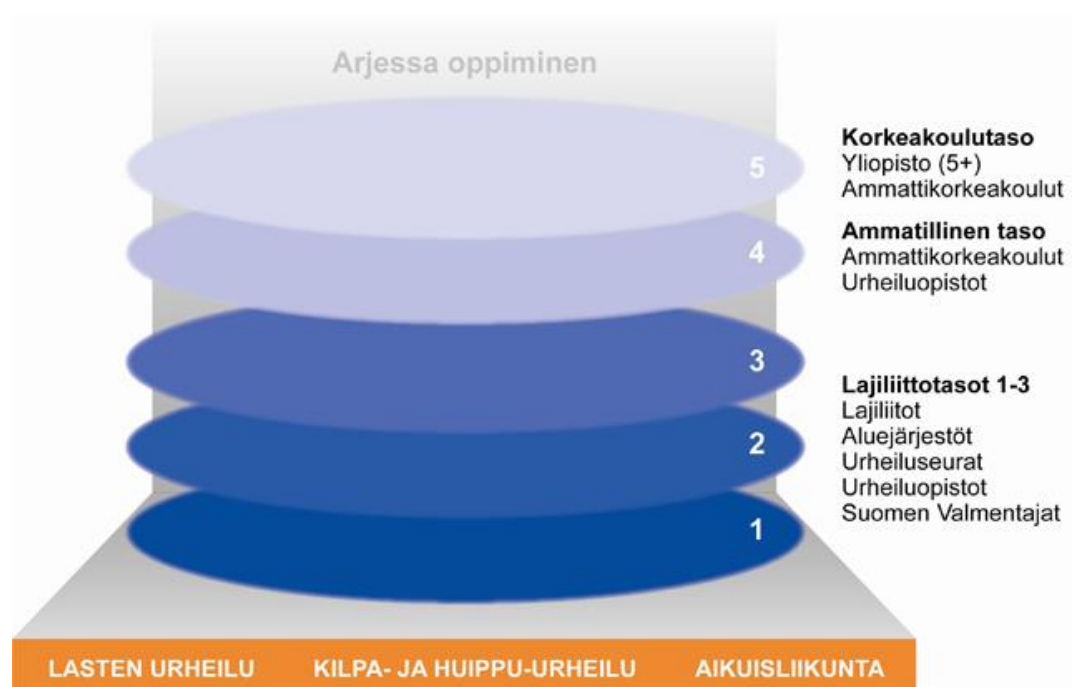
Vuonna 2004 valmistui Suomen Valmentajat ry:n toimesta opetusministeriön rahoittama laaja Valmentaja- ja ohjaajakoulutusta koskeva selvitys, jonka pohjalta syntyi VOK-hanke. VOK on Suomen Liikunnan ja Urheilun (SLU), Nuoren Suomen, Suomen Olympiakomitean, Kuntoliikuntaliiton ja Suomen Valmentajien yhteinen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishanke. VOK-hankkeen pääta-voitteita ovat:

- Auttaa lajiliittoja kehittämään omaa tasojen I-III koulutusta siten, että eri lajeissa järjestettävä koulutus on osaamistavoitteiltaan ja vaatimustasoltaan yhdensuuntaista
- Vakiinnuttaa jatkuva kehittämisen ajatus lajiliittojen koulutukseen sekä vahvistaa ja tukea laadukasta ja ammattimaisesti hoidettua valmentaja- ja ohjaajakoulutusta, joka tarjoaa mahdollisuuden toimia valmentajana tai ohjaajana kaikilla toimialoilla
- Lisätä yhteistyötä ja vuorovaikutusta verkoston kaikilla tasoilla ja tuottaa käytännön ratkaisuja lajiliittojen koulutustoiminnan ongelmiin sekä vastata urheiluseurojen vapaaehtoisten valmentajien ja ohjaajien yksilöllisiin osaamisen kehittämisen tarpeisiin VOK-toimenpiteiden pohjalta

VOK-hankkeen toteutus on edennyt vaiheittain vuodesta 2005 alkaen. Vuonna 2007 valmistunut Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet on ollut tärkein suunnittelijoiden työkalu lajiliittojohtoisen koulutuksen kehittämisessä. Se tarjoaa yhteisen mallin rakenteesta ja oppimiskäsityksestä, määrittelee lajeille yhteiset osaamistavoitteet ja oppisisällöt ja antaa esimerkkejä oppimistehtävistä ja arviointitavoista. VOK-perusteet on päivitetty 2010-versioon. (Valmentajakoulutus 2010.)

### 2.3 Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen rakenne

Suomessa on siirrytty vuonna 1994 nykyiseen viisiportaiseen valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmään. Järjestelmä perustuu ENSSEE:n (European Network of Sport Science, Education & Employment) yleiseurooppalaiseen vertailujärjestelmään. Suomalainen valmentaja- ja ohjaajakoulutus jakautuu lajiliittojohtoiseen koulutukseen, ammatilliseen koulutukseen ja korkeakoulutasoiseen koulutukseen (KUVA 1). (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 5.)



KUVA 1. Suomalaisen valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen rakenne (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 5)

Suomessa I-III tason koulutuksista vastaavat lajiliitot yhdessä aluejärjestöjen, urheiluseurojen, urheiluopistojen ja Suomen Valmentajat ry:n kanssa. IV-tason koulutuksia Suomessa ovat entinen ammattivalmentajantutkinto (AmVT), kansallinen valmentajatutkinto (KVT) ja avainvalmentajatutkinto (AVT). Nykyinen valmentajan ammattitutkinto (VAT) ja valmentajan erikoisammattitutkinto (VEAT) ovat

myös IV-tason tutkintoja. Ne perustuvat Opetushallituksen tutkintojen perusteisiin ja suoritetaan näyttötutkintoina. (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 5.)

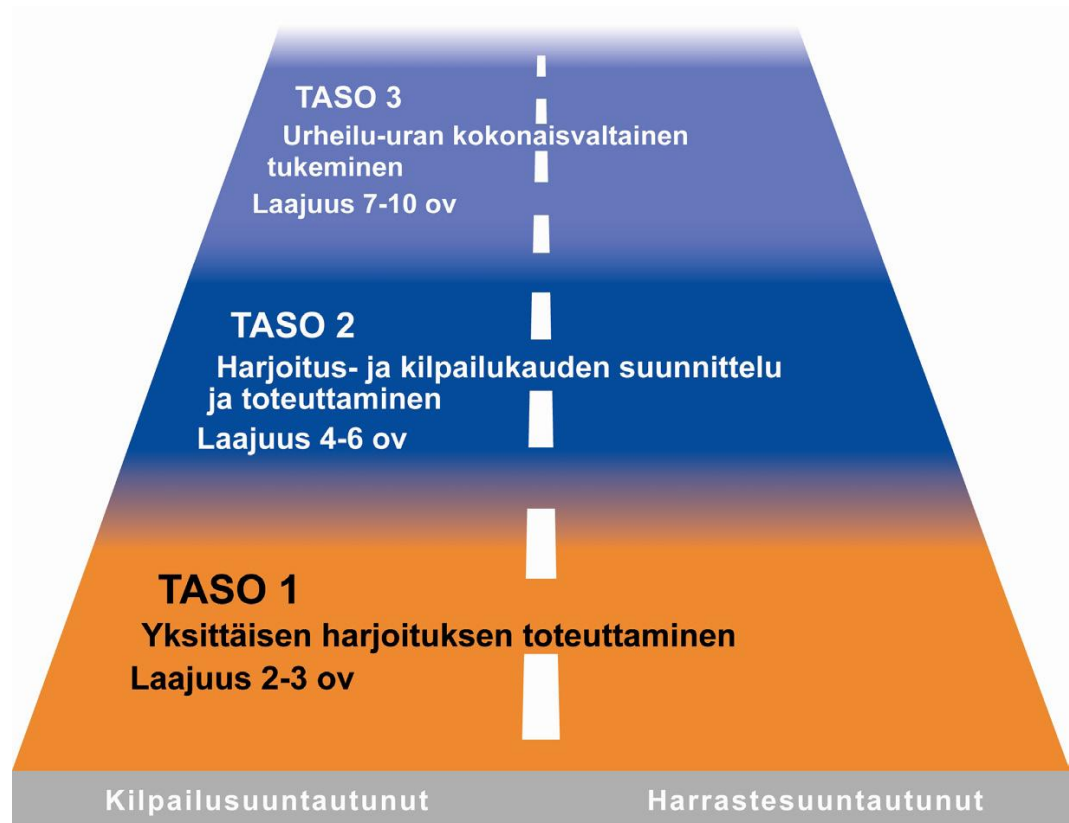
Liikunnanohjauksen perustutkinto (120 ov) ja ammattikorkeakoulujen liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelmat (210 op) sijoittuvat tasoille II-V niiden laajuuksien ja sisältöjen mukaan. Yliopistossa valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen korkeimman tason voi saavuttaa käymällä Jyväskylän yliopiston liikuntabiologian laitoksen ylempään korkeakoulututkintoon valmistavan valmennus- ja testausopin maisterikoulutuksen (300op). (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 5.)

#### 2.4 Lajiliittotasojen koulutukset I-III

Suomessa eri lajien valmentajien ja ohjaajien koulutuksesta tasoilla I-III vastaavat lajiliitot yhteistyössä aluejärjestöjen, urheiluseurojen, urheiluopistojen ja Suomen Valmentajat ry:n kanssa. Eri lajiliittojen koulutusrakenteet perustuvat vuonna 2007 laadittuun Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteisiin. Se antaa lajien koulutukseen mallin yhteisestä rakenteesta, oppimiskäsityksestä ja toimintavoista sekä määrittelee ne osaamistavoitteet ja oppimissisällöt, jotka sisältyvät jokaisen lajin koulutukseen. Näin ollen lajiliitot voivat suunnitella koulutusrakennettaan ja lajikohtaisia sisältöjä vastaamaan omia tavoitteitaan ja tarpeitaan. Urheiluseuran valmentajan tai ohjaajan halutessa päteväytyä jonkin lajin valmentajaksi/ohjaajaksi tasoilla I-III tulee hänen hakeutua lajiliiton koulutukseen. (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 10.)

Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteissa määritellään osaamistavoitteet tasoille I-III. Työmäärää, joka vaaditaan osaamistavoitteiden saavuttamiseksi, kuvataan opintoviikoilla. Yksi opintoviikko vastaa noin 40 tunnin työmäärää. Yksittäisten valmentajien/ohjaajien osaamistavoitteiden saavuttamiseen vaadittava työmäärä kuitenkin vaihtelee yksilöllisesti. Osaamistavoitteiden saavuttaminen vaatii valmentajalta/ohjaajalta lähiopiskelua ja käytännön ohjaustyötä I-tasolla 2-3 opintoviikkoa, II-tasolla 4-6 opintoviikkoa ja III-tasolla 7-10 opintoviikkoa. Näihin laajuuk-

siin sisältyy sekä kaikille yhteiset (VOK-perusteet) että lajikohtaiset osaamistavoitteet (KUVA 2). (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 10.)



KUVA 2. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen rakenne tasoilla I-III rakenne (Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010, 10)

## 2.5 Liikunta-alan ammatillinen koulutus

Suomalaisessa koulutusjärjestelmässä ammatilliseen koulutukseen kuuluvat ammatillinen peruskoulutus sekä ammatillinen lisä- ja täydennyskoulutus. Koulutus on tarkoitettu työelämään siirtyville nuorille sekä jo työelämässä oleville aikuisille. Ammatilliset perustutkinnot antavat laajat perusvalmiudet alan tehtäviin ja yleisen jatko-opintokelpoisuuden ammattikorkeakouluihin ja yliopistoihin. (Opetusministeriö 2010.)

Liikunta-alalla ammatillisen peruskoulutuksen voi suorittaa käymällä liikunnanohjauksen perustutkinnon. Tutkinnosta valmistutaan nimikkeellä liikuntaneuvoja. Koulutus on laajuudeltaan 120 opintoviikkoa ja se kestää 2,5-3 vuotta. Tutkinnon suorittaneet osaavat tavallisimpien liikuntamuotojen ja lajien suoritustekniikat ja osaavat ohjata ja opettaa niitä huomioiden asiakkaiden erityistarpeet. Liikuntaneuvojilla on ammatilliset valmiudet ohjata eri-ikäisten liikuntaa, laatia henkilökohtaisia liikuntaohjelmia sekä toimia liikuntaan liittyvissä projekteissa ja hankkeissa. Lisäksi liikunnanohjauksen perustutkinto antaa yleisen jatko-opintokelpoisuuden haettaessa esimerkiksi ammattikorkeakoulu- tai yliopistotason liikunta-alan koulutuksiin. Suomessa liikunta-alan ammatillista peruskoulutusta järjestävät liikunnan koulutuskeskukset, eli urheiluopistot. (Opetushallitus 2010, 9-11.)

Liikunnan ammattitutkinto (LAT) on näyttöpohjainen liikunta-alan ammattitutkinto. Se sijoittuu valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen tasolla ammattikorkeakoulututkinnon (Liikunnanohjaaja AMK) ja liikunnan perustutkinnon (LPT) välimaastoon. Koulutus on suunnattu liikunnan perustutkinnon suorittaneille ja sen myötä saa liikunta-alan pätevyyden. Liikunnan ammattitutkintoon johtavaa koulutusta järjestävät liikunnan koulutuskeskukset. (Virpiniemi 2010.)

## 2.6 Liikunta-alan ammatilliset valmentajakoulutukset

Valmentajan ammattitutkinto (VAT) on näyttöpohjainen tutkinto, joka vastaa valtakunnallisessa ohjaaja- ja valmennuskoulutusjärjestelmässä tasoa IV. Koulutus kestää vuoden ja se perustuu Opetushallituksen hyväksymiin tutkinnon perusteisiin. Tutkinto koostuu kolmesta pakollisesta osasta, jotka ovat valmentaminen, lajivalmentaminen sekä toimintaympäristö ja kilpaileminen. VAT antaa tietoa valmennuksen eri osa-alueista ja se on suunnattu päätoimista valmentajuutta tavoitteleville henkilöille. Tutkinnon suorittaminen edellyttää valmentajalta 2-3 vuoden kokemusta ammattimaisesta valmennuksesta ja vähintään II-tason valmentajakoulutusta.

Valmentajan ammattitutkintoon johtavaa koulutusta järjestetään liikunnan koulutuskeskuksissa. (Opetushallitus 2007; Vierumäki 2010.)

Valmentajan erikoisammattitutkinto (VEAT) toimii niin ikään Opetushallituksen hyväksymänä näyttöpohjaisena tutkintona ja se antaa valmiudet vaativiin valmennus- ja valmennuksen johtotehtäviin. VEAT korvaa nykypäivänä aiemmin 1980- ja 1990-luvulla toimineen kansallisen valmentajatutkinnon (KVT). Koulutus kestää vuoden ja se vastaa ohjaaja- ja valmennuskoulutusjärjestelmän tasoa IV. Tutkinto koostuu kolmesta pakollisesta osasta, jotka ovat kansainvälinen huippu-urheilu, johtaminen huippu-urheilussa ja lajin huippu-urheilun kehittäminen. Lisäksi niiltä, jotka eivät ole suorittaneet valmennuksen ammattitutkintoa, edellytetään neljättä tutkinnon osan suorittamista. Tämä osa koostuu ammattimaisen valmentamisen perustaidoista. Valmentajan erikoisammattitutkintoon johtavaa koulutusta järjestetään liikunnan koulutuskeskuksissa. (Suomen Valmentajat ry 2004; Opetushallitus 2007; Vierumäki 2010.)

## 2.7 Liikunta-alan ammattikorkeakoulututkinto

Ammattikorkeakoulututkinnot (AMK) ovat ammatillispainotteisia korkeakoulututkintoja, jotka valmistavat ammatillisiin asiantuntijatehtäviin. Tutkintoon johtavat opinnot järjestetään opetusministeriön hyväksyminä koulutusohjelmina ja ne suuntautuvat johonkin työelämän tehtäväalueeseen ja sen kehittämiseen. Ammattikorkeakoulututkinnon suorittaneet voivat työelämässä hankitun kokemuksen jälkeen syventää ammatillista osaamistaan jatkamalla opintoja ja suorittamalla ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon. (Opetusministeriö 2010.)

Liikunta-alalla ammattikorkeakoulututkinnon voi suorittaa liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelmassa, joka kestää 3,5 vuotta. Tutkinnosta valmistetaan nimikkeellä liikunnanohjaaja (AMK) ja sen laajuus on 210 opintopistettä (140 opintoviikkoa). Koulutusohjelma tarjoaa opiskelijalle valmiudet toimia kuntien, liikuntajärjestöjen tai yksityisten liikunta- ja matkailuyritysten palveluksessa. Yleisimmät työtehtävät

ovat johto-, hallinto- ja asiantuntijatehtävät sekä valmentajana, kouluttajana tai ohjaajana toimiminen. Nykypäivänä yhä useampi liikunnanohjaaja (AMK) työllistyy myös itsenäiseksi yrittäjäksi. (Haaga-Helia 2010.)

Suomessa järjestetään neljässä eri oppilaitoksessa liikunnanohjaajan ammattikorkeakouluopintoja. Koulutuksen järjestäjinä toimivat Haaga-Helia ammattikorkeakoulu Vierumäellä, Kajaanin ammattikorkeakoulu, Rovaniemen ammattikorkeakoulu ja Arcada Yrkeshögskola Espoossa. Eri ammattikorkeakoulujen suuntautumisvaihtoehdot tai syventävät opinnot poikkeavat jonkin verran toisistaan. Urheiluvalmennus on valittavana Haaga-Helian, Rovaniemen ja Kajaanin ammattikorkeakouluissa. Liikunnan ylempi amk-tutkinto tarjoaa ammattikorkeakoulusta valmistuneelle, jo työelämässä olevalle liikunnanohjaajalle mahdollisuuden syventää ammatillista osaamistaan. Liikunta-alan johtamisen ja kehittämisen koulutusohjelman laajuus on 90 opintopistettä ja se kestää enintään kaksi vuotta.

## 2.8 Liikunta-alan yliopistotutkinto

Yliopistotutkinnot ovat kaksiporiaisia, ja niissä on mahdollista suorittaa alempi- ja ylempi korkeakoulututkinto. Ensin suoritetaan kolmen vuoden laajuinen kandidaattitutkinto (180 opintopistettä) ja sen jälkeen kahden vuoden laajuinen maisterin tutkinto (120 opintopistettä). Kandidaatin tutkinto vastaa alempaa korkeakoulututkintoa ja molemmat yhdessä ylempää korkeakoulututkintoa (300 opintopistettä). Lisäksi on mahdollista suorittaa tieteellisiä jatkotutkintoja, joita ovat lisensiaatin ja tohtorin tutkinnot. Lisensiaatin tutkinto on ammatillinen erikoistumistutkinto, johon sisältyy lisensiaattityön tekeminen. Tohtorin tutkinnossa vaadittavien opintojen lisäksi tehdään väitöskirja, jota puolustetaan julkisesti. Koulutus järjestetään joko pää- ja sivuainepohjaisina opintoina tai koulutusohjelminä. Yliopistojen perustehtävänä on harjoittaa tieteellistä tutkimusta ja antaa siihen perustuvaa ylintä opetusta. Ne toimivat vuorovaikutuksessa yhteiskunnan kanssa ja edistävät tutkimustulosten yhteiskunnallista vaikuttavuutta. (Opetusministeriö 2010.)

Liikunta-alalla yliopistotason koulutusta järjestää Jyväskylän yliopiston liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pääaineita ovat: liikuntapedagogiikka (liikunnanopettajan kelpoisuus), liikuntahallinto, liikuntasosiologia, biomekaniikka, liikuntafysiologia sekä valmennus- ja testausoppi. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen korkeimman tason voi saavuttaa käymällä ylempään korkeakoulututkintoon valmistavan valmennus- ja testausopin maisterikoulutuksen (300 op). Liikunnan aineenopettajan koulutusta järjestää Jyväskylän yliopiston lisäksi Oulun ja Turun yliopistot.

### 3 VALMENTAJAN OSAAMINEN –MITEN VALMENTAJAT OPPIVAT?

Suomessa on tehty hyvin vähän tutkimusta valmentajakoulutusjärjestelmän toimivuudesta ja sen sisällön laadusta. Muissa maissa tällaisiin tutkimuksiin on jo herätty ja koulutusten sisältöä, opetuksen laatua ja oikeanmukaisuutta on tutkittu ja myös kritisoitu. Tässä kappaleessa tutustumme ulkomaisiin tutkimuksiin ja esittelemme niiden tuloksia ja johtopäätöksiä. Selvitämme myös mitä ominaisuuksia urheilijat arvostavat valmentajissa ja millainen on tehokas ja hyvä valmentaja. Tehokasta ja hyvää valmentajaa on vaikea määritellä, koska ”tehokkuudelle” ja ”hyvyydelle” on useita eri kriteerejä. Kaikki riippuu näkökulmasta ja siitä, mitä pidetään tärkeänä.

#### 3.1 Kuinka valmentajat oppivat valmentamaan?

Useat eri maat ovat luoneet oman valmentajakoulutusjärjestelmän vastaamaan valmentajien tärkeää roolia urheilussa. Esimerkiksi Yhdysvallat, Australia, Canada ja Englanti ovat järjestäneet laaja-alaiset valmentajakoulutusohjelmat (Wright ym. 2007, 128). Tutkijat ovat selvittäneet viime aikoina, kuinka ammattivalmentajat kehittävät tietoaan. Yhteinen havainto näissä tutkimuksissa on ollut eroavaisuus siinä, kuinka tärkeänä tietämyksen kannalta valmentajat pitävät valmentajakoulutusta. Yhtämieltä ammattivalmentajat ovat siitä, että muut oppimistilanteet kuten oma urheilijaura, mentorointi ja keskustelut ulkomaisten valmentajien kanssa ovat tärkeässä roolissa tietotaidon kannalta. Tutkimukset osoittavat, että valmentamisen oppiminen on monimuotoinen prosessi, joka ei seuraa mitään tiettyä kaavaa. Tä-



män takia valmentamisen oppimista ei kannata jättää pelkästään vallitsevan valmentajakoulutusjärjestelmän vastuulle. (Lemyre ym. 2007, 191)

Mutta mitä eri oppimisen malleja valmentajilla on ja mitä he pitävät arvossa? Tästä aiheesta on tehty useita tutkimuksia ja saatu hyvin erilaisia tuloksia. Yksi oppimisen malleista on kokemuksien kautta oppiminen, jota kirjallisuudessa kutsutaan myös epämuodolliseksi oppimiseksi. (Ben peretz 2002) Jones ym. (2007) osoittavat tutkimuksessaan kahdeksalle yksilö- ja joukkuelajien huippuvalmentajalle, että observointi sekä keskustelut muiden valmentajien tai mentoreiden kanssa ovat valmentajien mielestä arvokkaampia tilanteita oppimisen kannalta kuin heidän valmentajakoulutuksensa (Jones ym. 2007).

Huippuvalmentajien oppimisprosessia nuorista urheilijoista ammattivalmentajiksi tutkineet tutkijat selvittivät, että omista kokemuksista oppimisella on ollut suuri merkitys heidän urallaan. Tässäkin tutkimuksessa tärkeinä asioina oppimisen kannalta pidettiin mentorointia ja mahdollisuutta toimia yhdessä kokeneemman valmentajan kanssa. Valmentajat olivat valmiita myös jakamaan kokemuksiaan muiden kanssa. Suurin osa tämän tutkimuksen valmentajista oli sitä mieltä, että kokemukset ja koulutus ovat molemmat tärkeitä valmentajan ammattitaidon rakentumisen kannalta. (Wright ym. 2007)

Tutkimuksessa, jossa selvitettiin kymmenen ammattivalmentajan tärkeimpiä ammattitaidon kehittämisväyliä, tärkeimmäksi nousi omasta valmennuksesta saadut kokemukset. Tutkimuksessa valmentajat laittoivat seitsemän valmista oppimisvaihtoehtoa tärkeysjärjestykseen. Vaihtoehdot olivat muodollinen koulutus, kokemus pelaajana, valmennuskokemus, mentorointi, vuorovaikutus huipputasen urheilijoiden kanssa, meneillään oleva valmentajakoulutus sekä oma sitoutuminen valmentamiseen. Valmentajat olivat myös sitä mieltä, että muodollinen koulutus, jolla tarkoitetaan järjestettäviä valmentajakoulutuksia, on ollut tärkeä osa heidän kehittymistään valmentajana. (Wright ym. 2007, 128.)

Toinen hyvin samanlainen tutkimus, jossa selvitettiin haastatteluilla nuorisojääkiekkovalmentajien oppimistilanteita, kirjasi seitsemän eri oppimisen muotoa. Nämä

olivat kansallinen valmentajakoulutus, valmentajaklinikat ja -seminaarit, mentorointi, kirjat ja videot, omat kokemukset valmennuksen, työn, perheen ja oman peliuran aikana, kanssakäyminen muiden valmentajien kanssa ja internet. Tutkimuksen mukaan valmentajakoulutuksen tulisi sisältää kaikkia näitä seitsemää oppimisen muotoa, sen sijaan että keskityttäisiin vain yhteen. (Wright ym. 2007, 130–142.)

### 3.2 Valmentajakoulutuksen sisältö ja opetustyyli

Useimmissa suomalaisissa valmentajakoulutuksissa opetus tapahtuu kurssin opettajan johdolla. Perinteinen tyyli on, että oppilaat istuvat luokkatilassa ja vastaanottavat tietoa opettajalta. Tässä tapauksessa oppimisen vastuu on paljolti kuuntelijalla ja oppiminen on sidoksissa hänen resursseihin ottaa informaatio vastaan. Kokonaan toinen kysymys on kuinka moni pystyy soveltamaan tätä saatua tietoa käytäntöön ja kuinka laadukkaasti. Kurssien sisältö ja niillä opetettavat asiat voidaan myös kyseenalaistaa. Opetetaanko näillä kursseilla olennaisia asioita ja oikealla tyylillä?

Tästäkin asiasta joudutaan tutkimustietoa hakemaan ulkomailta. Eräässä tutkimuksessa haastateltiin ja seurattiin 26:a golf valmennuskurssille osallistunutta naista. Kurssin jälkeen kysyttiin heidän ajatuksiaan ja mielipiteitään opetuksen sisällöstä ja opetusjärjestelyistä. Kurssille osallistuneiden mielestä koulutusohjelmassa oli tärkeää, että oppimiskokemukset edistyvät selkeästi ja ovat käytännönläheisiä. Ympäristö, jossa kurssilaiset pystyvät vuorovaikutukseen ohjaajien kanssa koettiin myös tärkeäksi. Ohjaajilta odotettiin ammattitaitoista otetta ja pedagoginen tieto tuli olla suurena osana opetusta. Osallistujat olivat kiinnostuneita myös tutkimustiedosta. (McCullick ym. 2005, 123–132.)

Tutkimuksissa on selvitetty myös, mitä valmentajat toivovat kursseilla opetettavan. 366 vapaaehtoiselle nuorisovalmentajalle tehdystä kyselystä selviää, että tärkeitä asioita heille olivat kommunikointi valmentajien ja urheilijoiden kanssa, motivointi sekä harjoitusdrillien kehittäminen ja lisääminen. Tässä tutkimuksessa valmentajat arvostivat valmentajakoulutusta. (Tonsick 2007, 28–35.)

#### 4 VALMENTAJIEN AMMATTITAITO –MITÄ SE ON JA MISTÄ SE KOOSTUU?

Valmentajilta vaaditaan paljon. Heidän pitäisi olla vahvoja johtajia ja samalla ymmärtäviäisiä ihmistuntijoita. Valmentajan tulisi valmentaa aina urheilijalle. Oli tavoitteena fyysinen, sosiaalinen tai mentaalinen kehittyminen on urheilijan tultava aina ensimmäisenä. On siis tärkeää tarkastella valmentajan ammattitaitoa eri näkökulmista. Mitkä valmentajan ominaisuudet nähdään hyvinä ja mitkä huonoina ja mitä ammattitaito valmentamisessa tarkoittaa?

Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa tarkasteltiin loistavaa valmennusta. Tutkimus selvitti mitkä ominaisuudet tekevät loistavan valmentajan urheilijoiden mielestä. Esiin tulleita ominaisuuksia olivat valmentajan piirteet kuten tieto ja kokemus, valmentajan tapa suhtautua urheilijoihin, heidän tapansa pitää yllä joukkuehenkeä, valmentajan luoma pelisysteemi, valmentajan toiminta kuten opettaminen tai motivointi ja kuinka paljon valmentajat pystyivät vaikuttamaan urheilijoiden kehittymiseen. (Becker 2009, 97–111.) Voidaankin miettiä millaiset eväät suomalainen valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmä antaa näiden ominaisuuksien kehittämiseen?

Suomessa valmentajiin kohdistuvia odotuksia ja valmentajien ammattitaitoa kuvaavaa tutkimusta on tehnyt Hämäläinen (2008). Tutkimuksessa tarkasteltiin urheilun kahta keskeistä toimijaa, urheilijaa ja valmentajaa. Aineistona tutkimuksessa oli liikunnanohjaajakoulutukseen pyrkivien nuorten aikuisten ja urheilijoiden kirjoittamat tarinat valmentajistaan. Aineiston pohjalta selvisi, että hyvää valmentajaa kuvattiin hyvin erilaisilla määreillä. Vastauksissa pohdittiin muun muassa valmentajan asiantuntijuutta, sosiaalisia taitoja, sitoutumista työhön sekä valmentajan uskottavuutta. Valmentaminen on siis hyvin monitahoista työtä. Valmentajalta vaaditaan todella paljon eri osa-alueiden hallintaa kuten sosiaalisia taitoja ja johtajuutta.

Becker (2008) tutki legendaarisen koripallovalmentaja Pat Summitin käyttäytymistä harjoituksissa. Summitin ulosanti harjoituksen aikana jaettiin ohjaavaan ja ei ohjaavaan käyttäytymiseen. Nämä kaksi kategoriaa jaettiin vielä pienempiin osioihin kuten ohjaamiseen, kyseenalaistamiseen, positiiviseen mallintamiseen (oikean liik-

keen demonstrointi) ja johtamiseen. Kohderyhmänä oli Pat itse ja hänen 15 kauden 2004- 2005 joukkeen naispuolista pelaajaa. Tuloksista ilmeni, että Summit käytti ohjaamista harjoituksissa. Yli 48 prosenttia kaikesta käyttäytymisestä oli ohjaamista. Toiseksi eniten (14,50 %) oli kehumista. Kaikenkaikkiaan suurin osa palautteesta oli positiivista. Harjoitukset olivat intensiivisiä ja pelinomaisia. Kaikki pelaajat saivat yhtä paljon palautetta riippumatta pelaajaan kohdistuvista odotuksista. Tuloksista voi päätellä, että positiivinen ilmapiiri, ohjaaminen ja tasapuolinen palautteen anto ovat tärkeitä asioita tarkasteltaessa ammattitaitoista valmennusta.

Valmennuskirjallisuudessa on luotu paljon erilaisia malleja ja viitekehyksiä, mistä tehojas ja ammattitaitoinen valmennus koostuu. Cote ym. (2009) tutkivat laajaasti eri alojen kirjallisuutta ja määrittivät neljä oletusta jotka yhdistetään tehokkaaseen valmentamiseen. Ensimmäinen oletus jonka he saivat selville, oli että valmentajat kaikissa viitekehyksissä yhdistävät kolmenlaista tietoa: ammatillista, ihmistenvälistä ja sisäistä tietoa. Toisessa oletuksessa selvitettiin, että tehokkaat valmentajat kehittävät urheilijan kapasiteettia eri alueilla. Nämä alueet olivat taitavuus, itseluottamus, yhteys ja luonne urheilijan omien tarpeiden mukaan. Kolmas esiin tullut huomio oli, että ammatillisen, ihmistenvälisen ja sisäisen tiedon yhdistelmä ja tärkeys vaihteli ainakin neljässä eri valmennusmallissa. Neljäs ja viimeinen oletus oli, että huippuvalmentajat pystyvät osoittamaan valmennuksen tehokkuuden jatkuvasti.

## 5 TUTKIMUSASETELMA

### 5.1 Tutkimuksen tarkoitus

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksessa (KIHU) Jyväskylässä aloitettiin vuonna 2009 kolmevuotinen tutkimusprojekti, jonka päätehtävänä on tuottaa tietoa siitä, mistä lähteistä ja miten suomalainen valmentaja tai ohjaaja kehittää asiantuntijuuttaan ja osaamistaan valmennusuransa aikana. Lisäksi tutkimusprojektin tarkoi-

tuksena on saada tietoa siitä, kuinka hyödyllisenä ja tehokkaana suomalaiset valmentajat kokevat nykyisen valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmän.

Tämän opinnäytetyön ideana on tutkia suomalaisten valmentajien ja ohjaajien koulutustaustoja. Tarkoituksenamme on kartoittaa, millaisella koulutuspohjalla suomalaiset valmentajat ja ohjaajat toimivat valmennusympäristössään. Lisäksi kartoitamme eri valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteita, sekä valmennettavien urheilijoiden tasoa. Pyrimme selvittämään, kuinka paljon valmentajat ja ohjaajat käyvät lajiliittojen järjestämiä valmentajakoulutuksia valmentajan ammattitutkintojen tai korkeakoulutason valmentajatutkintojen lisäksi.

Työmme antaa kattavan kuvan suomalaisten valmentajien ja ohjaajien valmentajakoulutuspoluista ja kuvaa valmentajien koulutustason yhteyksiä valmentajien tavoitteisiin ja valmennettavien urheilijoiden tasoon. Nykypäivänä on julkisuudessa pohdittu paljon suomalaisen valmentajakoulutusjärjestelmän toimivuutta ja sen ongelmakohtia. Siksi on mielenkiintoista selvittää, millaisin tavoittein valmentajat ja ohjaajat käyvät eri valmentajakoulutuksia. Työstämme saattaa löytyä myös arvokasta tietoa eritasoisten valmentajakoulutusten tarjoajille. Voi olla hyödyllistä tietää esimerkiksi minkä tasoisia urheilijoita tietyn valmentajakoulutuksen käyneet henkilöt valmentavat.

## 5.2 Tutkimusongelmat

Työssä haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Millainen koulutustausta on suomalaisilla valmentajilla ja ohjaajilla?
  - Mikä on ylin suoritettu peruskoulutaso?
  - Mitä opetus- tai liikunta-alan koulutuksia tutkimukseen osallistuneet henkilöt ovat käyneet?
  - Mitä valmentajakoulutuksia tutkimukseen osallistuneet henkilöt ovat käyneet?

2. Onko valmentajakoulutuksen tai opetus- ja liikunta-alan koulutuksen taso yhteydessä valmennusuran tavoitteisiin tai valmennettavien urheilijoiden tasoon?
  - Onko tavoitteissa ja valmennettavien tasossa eroja lajiliittokoulutuksen eri tasoilla?
  - Onko valmentajan ammattitutkintojen ja korkeakoulutason valmentajatutkintojen välillä eroja tavoitteissa ja valmennettavien tasossa?
  - Onko tavoitteissa ja valmennettavien tasossa eroja eri korkeakoulutason valmentajatutkintojen välillä?
  - Onko tavoitteissa ja valmennettavien tasossa eroja opetus- ja liikunta-alan koulutuksen eri tasoilla?
  
3. Kuinka paljon valmentajat ja ohjaajat käyvät lajiliittojen järjestämiä I-III-tason koulutuksia ammatillisen- tai korkeakoulutason valmentajatutkintojen lisäksi?
  - Onko IV-V-tason koulutuksia käyneissä henkilöissä eroja lajiliittojen koulutuksia tarkasteltaessa?

### 5.3 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyömme on määrällinen tutkimus. Kvantitatiivisessa, eli määrällisessä tutkimuksessa keskeistä ovat aiempien tutkimuksien johtopäätökset, sekä aiemmat teoriat aiheesta. Myös etukäteen esitetyt hypoteesit ja käsitteiden määrittely ovat määrälliselle tutkimukselle tyypillistä. Työssä pyritään saavuttamaan numeraalista tietoa ja kartoittamaan olemassa olevaa tilannetta. Koehenkilöiden valinta on tehtävä tarkoin, jotta tulokset ovat päteviä valittuun kohderyhmään nähden. Tutkimus edellyttää riittävän suurta ja kattavaa otosta. Aineiston muuttujat on muodostettava taulukkomuotoon ja ne pitää saattaa tilastollisesti käsiteltävään muotoon. Määrällisessä tutkimuksessa tuloksista tehdään päätelmiä tilastollisen analyysin pohjalta,

esimerkiksi erilaisin taulukoin ja kuvioin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 139–159).

Opinnäytetyössämme esiintyvät lähes kaikki määrällisen eli kvantitatiivisen tutkimuksen tyypilliset piirteet. Saimme numeraalisesti erittäin kattavan aineiston, josta olemme valinneet kaiken oleellisen tiedon työhömmе liittyen. Keskeisten tutkimusongelmien hahmottuessa meille selvisi, mitkä kysymykset vastauksineen olivat tärkeitä omaan työhömmе liittyen. Saimme kartoitettua vastaajien perustiedot (ikä, sukupuoli ym.), jonka jälkeen suoritimme ristiintaulukoinnin avulla analyysia tutkimusongelmien selvittämiseksi. Ristiintaulukointi on analyysimenetelmä, jolla voidaan selvittää vähintään kahden muuttujan välisiä riippuvuuksia. Sitä käytetään useissa tutkimuksissa aineiston analysointiin tai siihen tutustumiseen (Alkula, Pöntinen & Ylöstalo 2002, 175.) Vilkan (2007, 129) mukaan ristiintaulukoinnilla voidaan löytää muuttujia, jotka ovat suorassa yhteydessä toiseen muuttujaan.

#### 5.4 Kyselytutkimuksen erityispiirteet

Kysely on yksi tiedonkeruutapa opinnäytetyötä tehtäessä. Kysely mahdollistaa suuren vastaajajoukon ja kysymysten määrä voi olla suuri. Tämä tapa on myös tehokas, koska se ei ole niin aikaa vievää. Kysely voidaan lähettää suurelle joukolle helposti, ilman suuria kustannuksia. Vastauksiin on kehitetty tilastolliset analyysitavat ja raportointimuodot (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 189 -191).

Kyselytutkimuksen heikkoudet liittyvät usein vastausten huolellisuuteen ja rehellisyyteen. Vastausvaihtoehdot eivät myöskään välttämättä ole onnistuneita. Ei ole varmaa onko vastaaja ollut ylipäättään perillä asiasta, jota on kysytty. Oikeanlaisen lomakkeen tekeminen vie aikaa ja vaatii taitoa. Kyselylomakkeen tulisi olla myös tarkoituksenomainen. Kyselyihin pohjautuvia tutkimuksien aineistoja pidetään usein myös pinnallisina ja itse tutkimuksia teoreettisesti vaatimattomina (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 189 -191).

## 5.5 Tutkimuksen toteutus ja sen luotettavuus

Tutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa KIHU keräsi kyselylomakkeella tietoa Suomen Valmentajat ry:n jäseniltä sekä Nuoren Suomen sinettiseurojen valmentajilta ja ohjaajilta. Kysely suunnattiin ammattivalmentajille sekä vapaaehtois pohjalta toimiville valmentajille ja ohjaajille (n=5064) valituissa lajeissa. Kyselyyn vastasi yhteensä 2476 henkilöä vastausprosentin ollessa 49.

Vastaajajoukon ollessa suuri (n=2476) voidaan aineistoa pitää kattavana. Se asettaa omat haasteensa aineiston luotettavuudelle. Kysymysten asettelu ja sisältö tulee olla tarkoin harkittu, jotta vastaaja kokee vastauksistaan olevan hyötyä ja vastaa näin tarkasti kaikkiin kysymyksiin. Tutkimuksen pätevyyteen vaikuttaa osittain se, voidaanko tutkimusaineistoa pitää läpileikkauksena suomalaisista valmentajista ja ohjaajista.

Tutkimuksen reliabiliteetillä eli luotettavuudella tarkoitetaan sitä, että sama mittaus tuottaa samankaltaiset tulokset mittaukertojen lukumäärästä riippumatta. Käytännössä sattumanvaraisuus pitää saada karsittua tuloksissa mahdollisimman vähäiseksi. (Tuomi 2007, 150.) Työssämme vastausten luotettavuuteen vaikutti eniten vastaajien huolellinen vastaaminen ja olivatko he ymmärtäneet kysymysten tarkoituksen. Joukossa esiintyi vähäinen määrä vastauksia, joita ei voitu ottaa huomioon puutteellisten tietojen vuoksi. Vastauksista puuttui joku tärkeimmistä tiedoista (sukupuoli, ikä, ym.).

Tutkimuksen validiteetilla tarkoitetaan sitä, onko onnistuttu saamaan tuloksia juuri halutusta aiheesta. Työssämme kyselyn kysymysten laadinta ja niiden täsmällisyys vaikuttavat pätevyyteen. Niiden avulla tulee saada ratkaisut keskeisiin tutkimusongelmiin (Tuomi 2007, 150).

Tutkimuksen validiteetin kannalta havaitsimme tutkimusaineiston kysymysten asettelussa joitakin puutteita. Valmentajien/ohjaajien ikää koskevan kysymyksen vastausvaihtoehdot olivat asetettu niin, että ikä ilmoitettiin viiden vuoden tarkkuudella. Näin ollen vastaajien keski-ikien määrittäminen oli mahdotonta. Tutkimuksen päte-



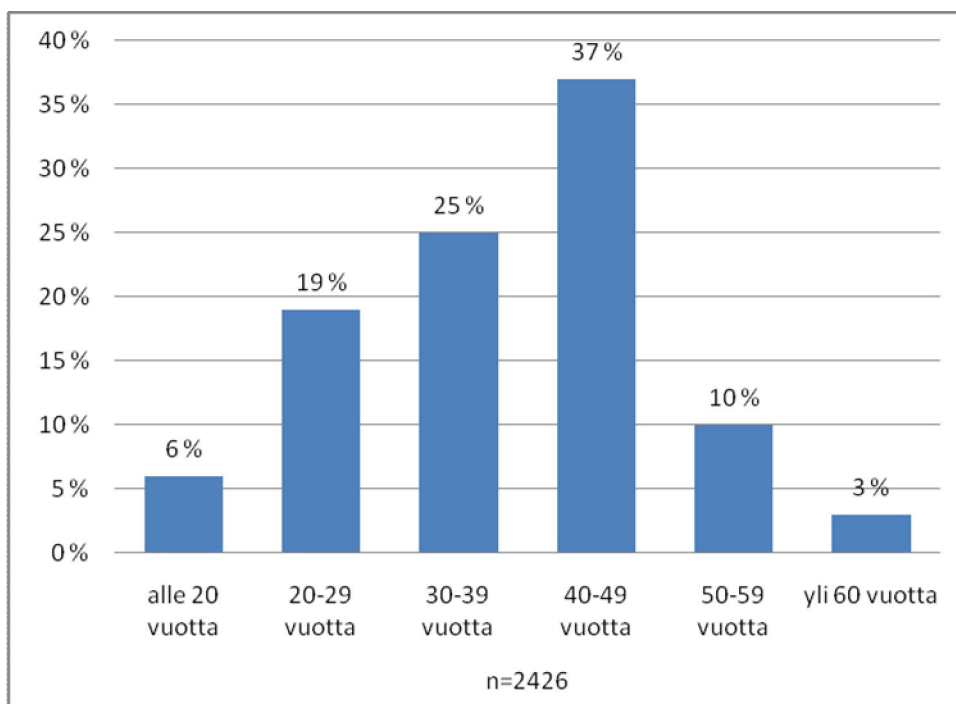
vyytteen vaikutti myös se, miten vastaajat olivat ymmärtäneet/kokeneet kysymykset ja niissä ilmenneet käsitteet. Esimerkiksi kohdassa, jossa kysyttiin valmentajan valmennustasoa, oli mahdollisuus valita neljä eri tasoa: harraste-, paikallinen-/piiri-/alue-, kansallinen- tai kansainvälinen taso. Vastaukseen vaikutti huomattavasti se, miten vastaaja on tulkinnut oman valmennustasonsa suhteessa vastausvaihtoehtoihin. Valmentaja on voinut esimerkiksi kokea valmentavansa kansainvälisen tason urheilijaa, jos hän kerran vuodessa kilpailee ulkomailla.

Tutkimuksen reliabiliteetti eli luotettavuus ja validiteetti eli pätevyys muodostavat yhdessä tutkimuksen kokonaisluotettavuuden. (Heikkilä 2008, 185; Uusitalo 1998, 86.) Lajien välillä lienee paljon eroja siinä, kuinka suuri osa lajin valmentajista kuuluu Nuoren Suomen sinettiseurojen valmentajiin tai ohjaajiin. Lähettämällä kyselyt valmentajille/ohjaajille lajiliittojen kautta voitaisiin vastauksia mahdollisesti pitää kattavampana läpileikkauksena suomalaisista eri lajien valmentajista ja ohjaajista. Kokonaisluotettavuuden kannalta on merkittävää se, ovatko vastaajat vastanneet rehellisesti kaikkiin kysymyksiin. Kysely suoritettiin anonymisti, joten vastauksia voidaan pitää rehellisinä.

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

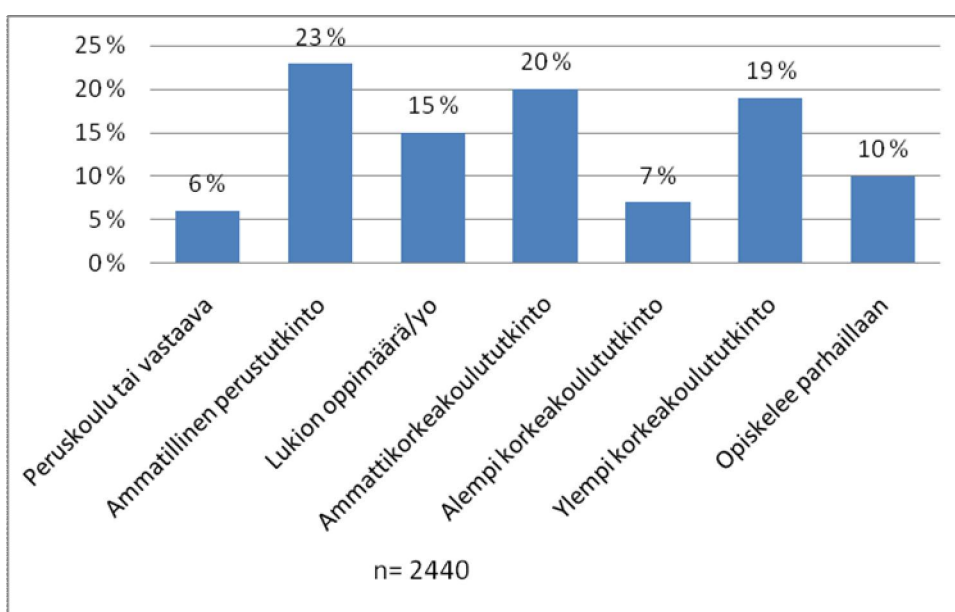
### 6.1 Vastaajien taustatiedot ja koulutustausta

Kilpa- ja Huippu-urheilun tutkimuskeskuksen teettämään kyselyyn oli vastannut 2476 valmentajaa/ohjaajaa, joista 31 vastausta ei otettu huomioon epäselvien merkintöjen vuoksi. Vastaajista 1709 (71 %) oli miehiä ja 702 (29 %) naisia. Kyselyyn osallistuneista henkilöistä 2426 ilmoitti ikänsä. Vaihtoehdot oli kategorisoitu yhdeksän vuoden ikähaarukoihin lukuun ottamatta ensimmäistä ja viimeistä vaihtoehtoa. Ensimmäinen vastausvaihtoehto oli alle 20 vuotta ja viimeinen yli 64 vuotta. Eniten vastanneita oli 40–49-vuotiaiden ryhmässä (37 %). Vähiten vastaajia oli yli 60-vuotiaissa (3 %) (KUVIO 1).



KUVIO 1. Valmentajien ja ohjaajien ikäjakauma (%)

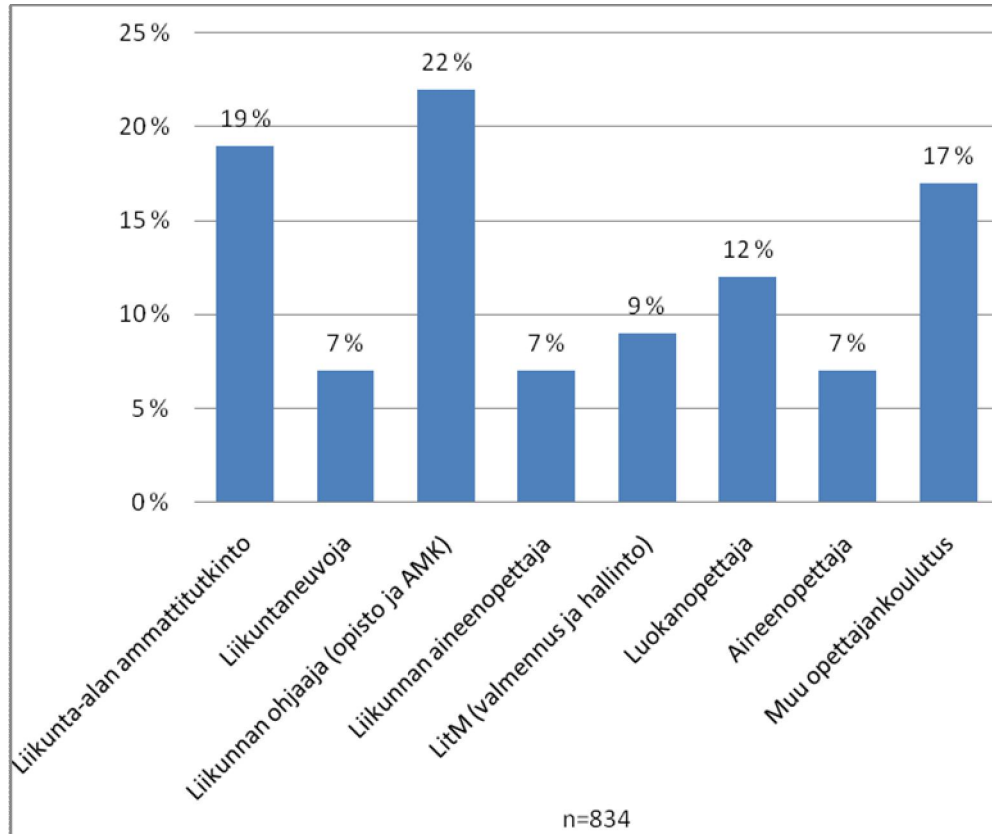
Kyselyyn vastanneet valmentajat ja ohjaajat valitsivat ylimmän suorittamansa koulutuksen valmiiksi annetuista vaihtoehdoista. Koulutustaustaa selvittävässä kyselyssä 2207 henkilöä ilmoitti ylimmän koulutuksensa. 233 henkilöä ilmoitti opiskelevansa parhaillaan. Suurin osa vastanneista oli suorittanut korkeimpana koulutuksena ammatillisen perustutkinnon (23 %), ammattikorkeakoulututkinnon (20 %) tai ylemmän korkeakoulututkinnon (19 %) (KUVIO 2).



KUVIO 2. Valmentajien ja ohjaajien koulutustausta (%)

Vastaajista 1723:lla (70 %) ei ollut opetus- tai liikunta-alan koulutusta ja 722:lla (30 %) oli. Mikäli vastaajalla oli useampi kuin yksi opetus- tai liikunta-alan koulutus, ilmoitti hän kaikki käymänsä koulutukset. Eniten opetus- tai liikunta-alan koulutuksista oli käyty liikunnanohjaajan opisto- tai ammattikorkeakoulututkintoja (22 %), liikunta-alan ammattitutkintoja (19 %) ja muita opettajakoulutuksia (17 %). Aineenopettajan, liikunnan aineenopettajan tai liikuntaneuvojan koulutuksia oli jokaista käyty seitsemän prosenttia. Yhdeksän prosenttia vastaajista oli suorittanut liikuntatieteiden maisterin (LitM) tutkinnon pääaineenaan valmennus- ja testausop-

pi tai liikunnan yhteiskuntatieteet. 12 prosenttia vastanneista oli käynyt luokanopettajan koulutuksen (KUVIO 3).

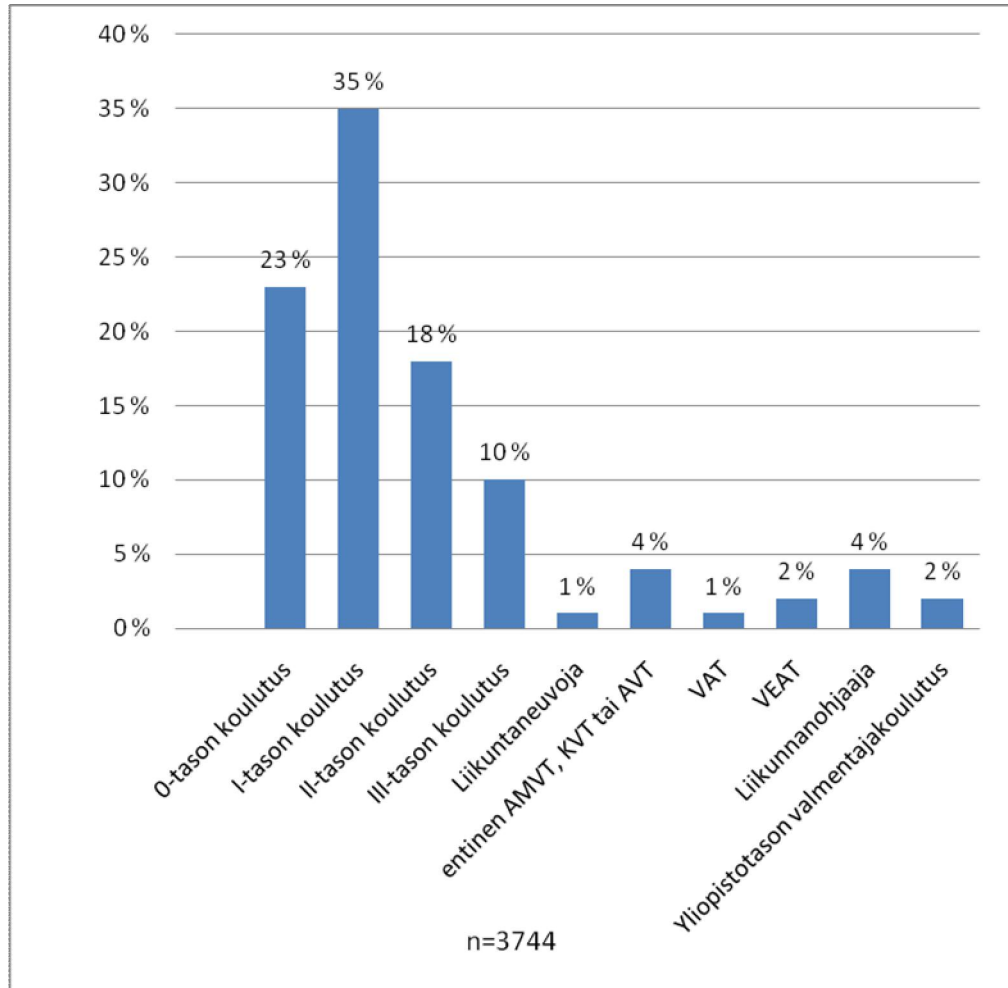


KUVIO 3. Valmentajien ja ohjaajien kaikkien opetus- tai liikunta-alan koulutusten jakautuminen eri tasoille (%)

Valmentajakoulutusta kysyttäessä kyselyyn vastanneet ilmoittivat kaikki käydyt koulutukset. Eniten valmentajakoulutuksista oli käyty I-tason koulutusta (35 %). 0-tason (23 %), II-tason (18 %) ja III-tason (10 %) koulutukset olivat seuraavaksi eniten käytyjä (KUVIO 4).

Kuviossa neljä, liikunnanohjaajakoulutuksella tarkoitetaan valmennukseen suuntautuvaa koulutusta ammattikorkeakoulu- ja opisto tasolla. Myös liikuntaneuvojan

koulutuksella tarkoitetaan valmennuksen valinnaisen tutkinnon osan suorittaneita henkilöitä.



KUVIO 4. Valmentajien ja ohjaajien kaikkien valmentajakoulutusten jakautuminen eri tasoille (%)

## 6.2 Valmentaja- ja opetus-/liikunta-alan koulutusten vaikutukset valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteisiin ja valmennettavien urheilijoiden tasoon

Tutkimuksessa selvitettiin, vaikuttaako valmentajien koulutus heidän valmennusuran tavoitteisiinsa ja valmennettavien urheilijoiden tasoihin. Jaoimme vastaajat

kahteen ryhmään koulutusten perusteella. Tarkastelimme ensin eri **valmentajakoulutuksia** käyneitä henkilöitä kattavasti ja lopuksi siirryimme **opetus- ja liikunta-alan** koulutuksen käyneisiin henkilöihin.

Eri valmentajakoulutuksia käyneiden vastaajien ryhmät muodostuivat lajiliittojen koulutuksia, valmentajan ammattitutkintoja sekä yliopisto- ja ammattikorkeakoulutuksia käyneistä vastaajista (TAULUKKO 1). Opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneet henkilöt jaoinme kolmeen ryhmään. Nämä ryhmät olivat liikunta-alan ammattitutkintoja käyneet henkilöt, liikunnanohjaajat (AMK) ja liikunnan aineenopettajat sekä jonkin muun opettajakoulutuksen suorittaneet vastaajat (TAULUKKO 2).

TAULUKKO 1. Eri valmentajakoulutuksia käyneiden tutkimusryhmät

<b>VALMENTAJAKOULUTUKSET</b>
Lajiliittojen koulutukset
Valmentajan ammattitutkinnot
Yliopisto-/ammattikorkeakoulutason koulutukset

TAULUKKO 2. Opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneiden tutkimusryhmät

<b>OPETUS-/LIIKUNTA-ALAN KOULUTUKSET</b>
Liikunta-alan ammattitutkinnot
Liikunnanohjaaja (AMK), Liikunnan aineenopettaja
Muu opettajakoulutus

Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteita tarkasteltaessa jaoimme vastanneet kolmeen eri ryhmään. Ensimmäinen ryhmä muodostui niistä henkilöistä, joiden tavoitteet eivät olleet merkittäviä. Toisessa ryhmässä vastanneiden tavoitteena oli kehittyä valmentajana. Kolmannen ryhmän tavoitteet olivat kehittyä huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatti (TAULUKKO 3).

Toiseksi muuttujaksi otimme tähän kohtaan tason, jolla valmentajat ja ohjaajat valmentavat. Jaoimme vastaajat valmennettavien urheilijoiden tason mukaan kolmeen ryhmään. Ensimmäinen ryhmä oli harraste-, piiri- ja aluetasolla valmentavat vastaajat. Toinen ryhmä muodostui kansallisen tason valmentajista ja kolmannessa ryhmässä oli listattu kaikki kansainvälisellä tasolla valmentavat valmentajat ja ohjaajat (TAULUKKO 4).

TAULUKKO 3. Valmennusuran tavoitteet

<b>VALMENNUSURAN TAVOITTEET</b>
Tavoitteet ei merkittäviä
Kehittyä edelleen valmentajana
Kehittyä huippuvalmentajaksi ja/tai saada valmentamisesta ammatti

TAULUKKO 4. Valmennettavien urheilijoiden taso

<b>VALMENNETTAVIEN URHEILIJOIDEN TASO</b>
Harraste/piiri/alue
Kansallinen
Kansainvälinen

Seuraavia tuloksia tarkasteltaessa tulee ottaa huomioon, että osaan kysymyksistä on jätetty vastaamatta. Esimerkiksi, kun liikunnanohjaajilta kysyttiin valmennettavien urheilijoiden tasoa, eivät kaikki vastanneet tähän välttämättä mitään. Tästä johtuu, ettei kysymyskohtien prosenttien summaksi tule aina 100.

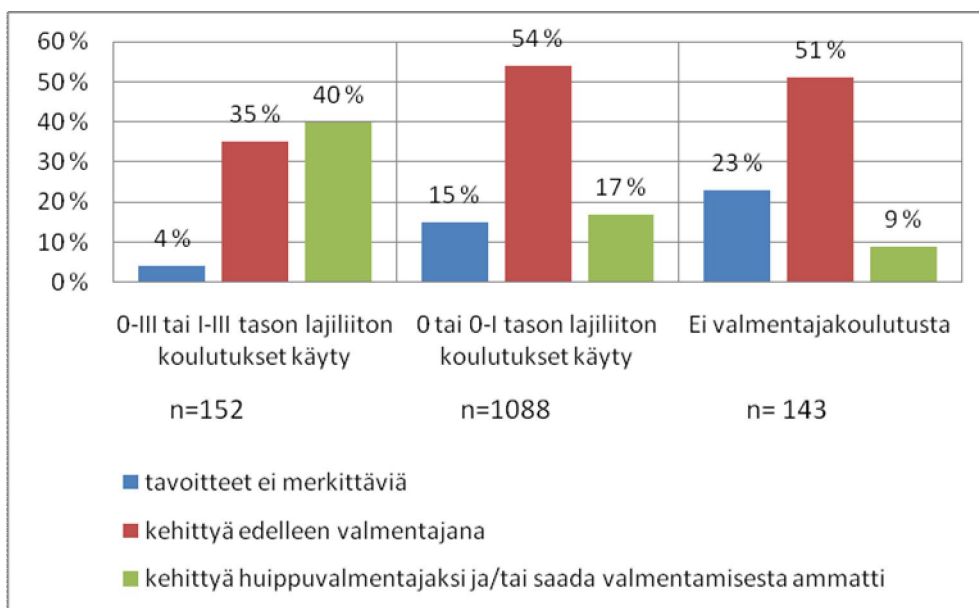
#### 6.2.1 Lajiliittojen 0-III-tason valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso

Lajiliittojen koulutuksia tarkasteltaessa vastaajat jaettiin kolmeen ryhmään. Ensimmäinen ryhmä muodostui henkilöistä, jotka olivat käyneet kaikki lajiliiton koulutukset ykköstasolta kolmostasolle tai starttikoulutuksesta kolmostasolle. Toisessa ryhmässä henkilöillä oli käyty joko startti- tai ykköstason koulutus tai molemmat. Mielenkiinnosta otimme mukaan myös sen ryhmän, jolla ei ollut valmentajakoulutusta ollenkaan, koska halusimme selvittää myös näiden henkilöiden valmennusuran tavoitteita ja valmennettavien urheilijoiden tasoa.

Paljon lajiliittojen koulutuksia käyneiden valmentajien valmennusuran tavoitteet olivat korkeammat kuin vähän tai ei ollenkaan lajiliiton koulutuksia käyneiden. Paljon koulutuksia käyneistä 40 prosenttia ilmoitti tavoitteekseen kehittyä huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatin, kun taas vähän koulutuksia käyneistä 17 prosenttia ilmoitti saman tavoitteen. Ilman valmentajakoulutusta valmen-

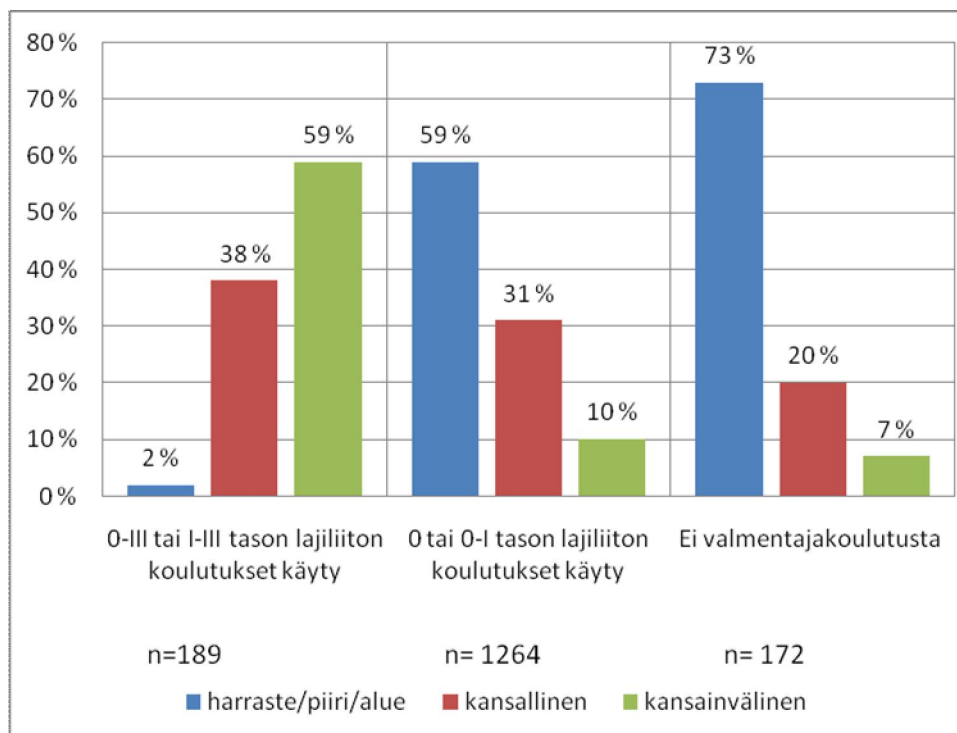


tavista vastaajista yhdeksän prosentin tavoite oli kehittyä huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatti. Lajiliiton koulutuksia paljon käyneistä vastaajista neljä prosenttia ilmoitti että heidän tavoitteensa eivät olleet merkittäviä. Muissa ryhmissä tämä vaihtoehto oli yleisempi (KUVIO 5).



KUVIO 5. Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteet (%)

Paljon lajiliiton koulutuksia käyneet vastaajat valmensivat huomattavasti useammin kansainvälisen tason urheilijoita (59 %) verrattuna vähän tai ei ollenkaan lajiiton koulutuksia käyneisiin. Vastaajista, jotka olivat käyneet paljon lajiliiton koulutuksia, 38 prosenttia valmensi kansallisen tason urheilijoita. Kaksi prosenttia heistä valmensi harraste-, piiri- tai aluetasolla. Vähän tai ei ollenkaan lajiliiton koulutuksia käyneistä suurin osa valmensi harraste-, piiri- tai alue- sekä kansallisella tasolla urheilevia urheilijoita (KUVIO 6).

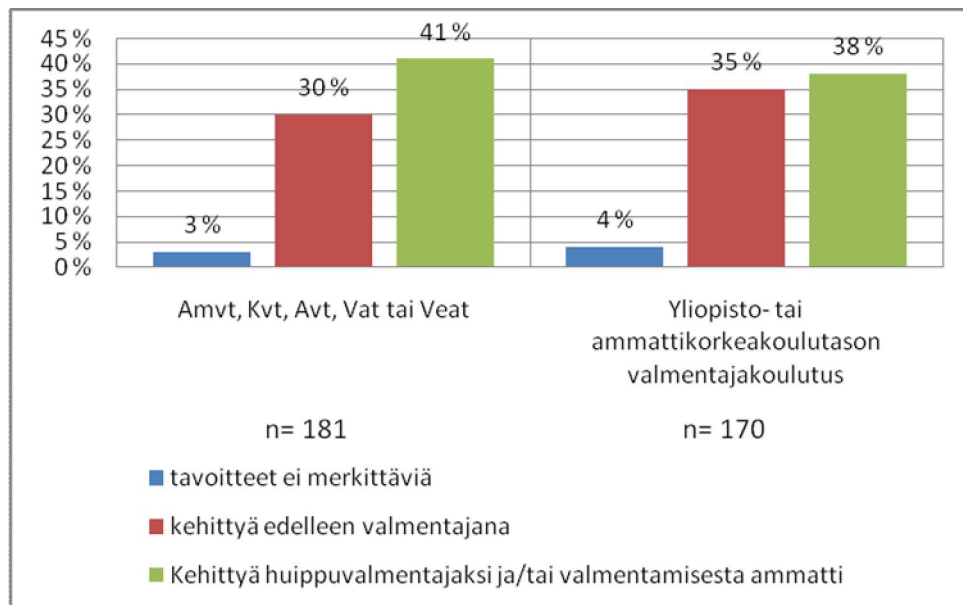


KUVIO 6. Valmentajien ja ohjaajien valmennettavien urheilijoiden taso (%)

#### 6.2.2 Valmentajan ammattitutkintoja tai korkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso

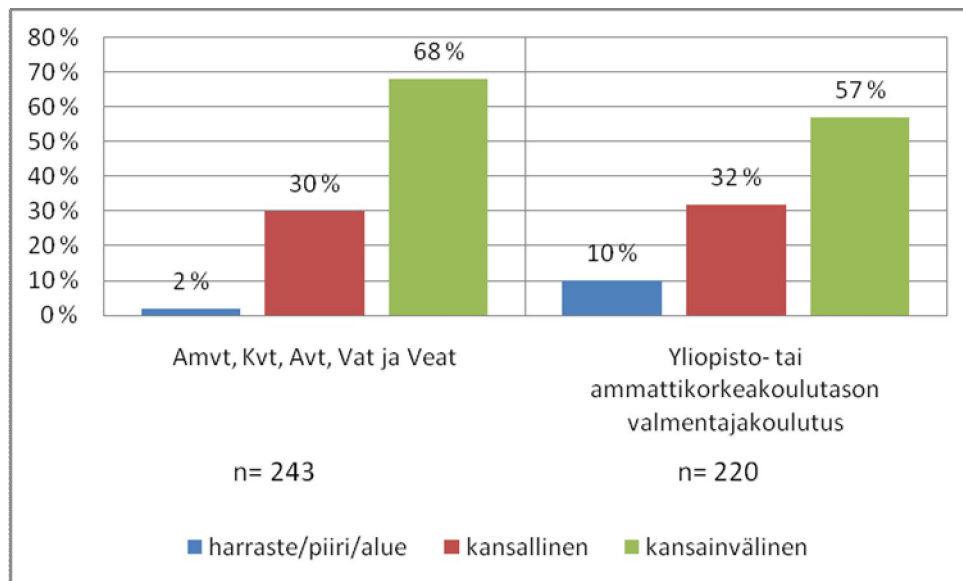
Seuraavina ryhminä vertailimme eri valmentajien ammattitutkintojen sekä yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteita ja valmennettavien urheilijoiden tasoa. Valmentajien ammattitutkintoja käyneet henkilöt olivat käyneet jonkin yhden tai useamman suomalaisen valmentajan ammattitutkinnon. Näitä tutkintoja ovat entiset Amvt (ammatti-valmentajatutkinto), Kvt (kansallinenvalmentajatutkinto), ja Avt (avainvalmentajatutkinto) sekä nykyiset Vat (valmentajan ammattitutkinto) ja Veat (valmentajan erikoisammattitutkinto) -IV-tason koulutukset. Korkeimmat V-tason valmentajakoulutukset olivat liikunnanohjauksen AMK-tutkinnot sekä valmennus- ja testausopin maisterin- tai kandidaatin tutkinnot.

Näiden kahden ryhmän välillä ei valmennusuran tavoitteissa ollut suuria eroja. Valmentajan ammattitutkintoja käyneistä henkilöistä 41 prosentilla oli tavoitteena kehittyä huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatti. Yliopisto- tai ammattikorkeakoulutuksen omaavista henkilöistä sama tavoite oli 38 prosentilla. Vastaajia joiden tavoitteet eivät olleet merkittäviä tai tavoite oli kehittyä edelleen valmentajana, oli lähes saman verran molemmissa ryhmissä (KUVIO 7).



KUVIO 7. Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteet (%)

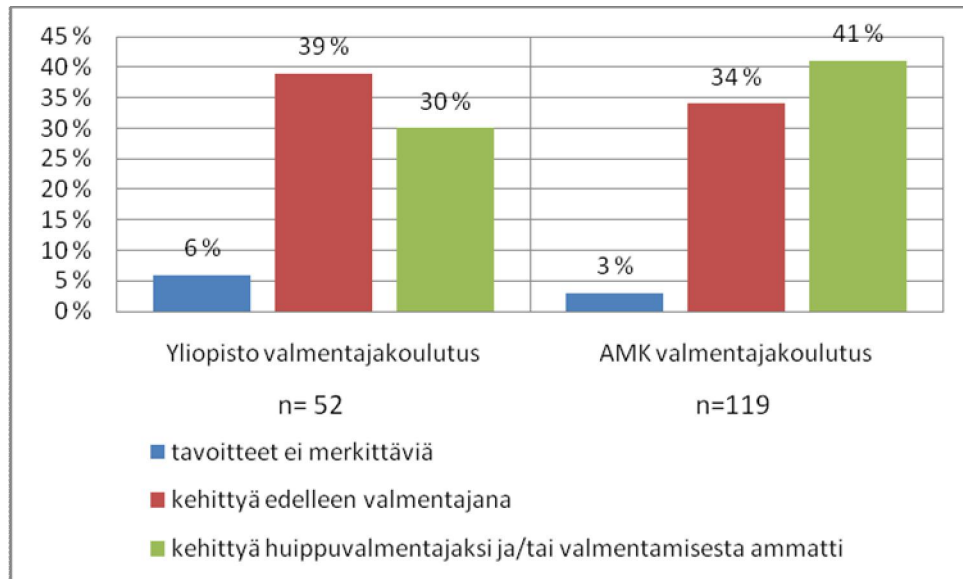
Näissä kahdessa ryhmässä vastaajat valmensivat eniten kansainvälisen tason urheilijoita. IV-tason ammatillisia valmentajatutkintoja käyneistä valmentajista ja ohjaajista 68 prosenttia valmensi kansainvälisen tason-, 30 prosenttia kansallisen tason- ja kaksi prosenttia harraste-, piiri- tai aluetason urheilijoita. V-tason yliopisto- tai ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneistä vastaajista 57 prosenttia valmensi kansainvälisen tason-, 32 prosenttia kansallisen tason- ja 10 prosenttia alimman harraste-, piiri-, aluetason urheilijoita (KUVIO 8).



KUVIO 8. Valmentajien ja ohjaajien valmennettavien urheilijoiden taso (%)

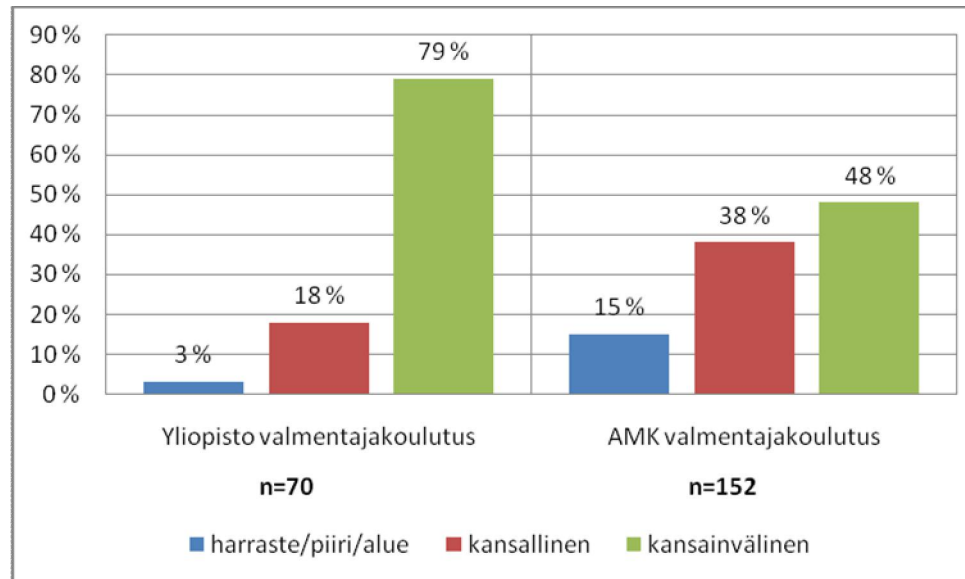
### 6.2.3 Yliopisto- tai ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden erot valmennusuran tavoitteissa ja valmennettavien urheilijoiden tasoissa

Selvitimme vielä, onko yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteissa tai valmennettavien urheilijoiden tasoissa eroja. Ammattikorkeakoulututkinnon suorittaneista vastaajista 41 prosentilla oli tavoitteena saada valmentamisesta ammatti tai kehittyä huippuvalmentajaksi. 34 prosentin tavoitteena oli kehittyä valmentajana ja kolmen prosentin valmennusuran tavoitteet eivät olleet merkittäviä. Yliopistotutkinnon suorittaneista henkilöistä 30 prosenttia ilmoitti tavoitteekseen kehittyä huippuvalmentajaksi ja 39 prosenttia tahtoi kehittyä valmentajana. Kuuden prosentin tavoitteet eivät olleet merkittäviä (KUVIO 9).



KUVIO 9. Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteet (%)

Yliopistotason valmentajakoulutuksen käyneistä henkilöistä suurempi osa valmensi kansainvälisen tason urheilijoita (79 %), verrattuna ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksen käyneisiin henkilöihin (48 %). Kansallisella tasolla ammattikorkeakoulutason valmentajien osuus taas oli suurempi (38 %) kuin yliopistotason valmentajien (18 %). Myös harraste-, piiri- ja aluetasolla ammattikorkeakoulutuksen käyneitä valmentajia oli enemmän (15 %) kuin yliopistotason valmentajakoulutuksen käyneitä valmentajia (3 %) (KUVIO 10).

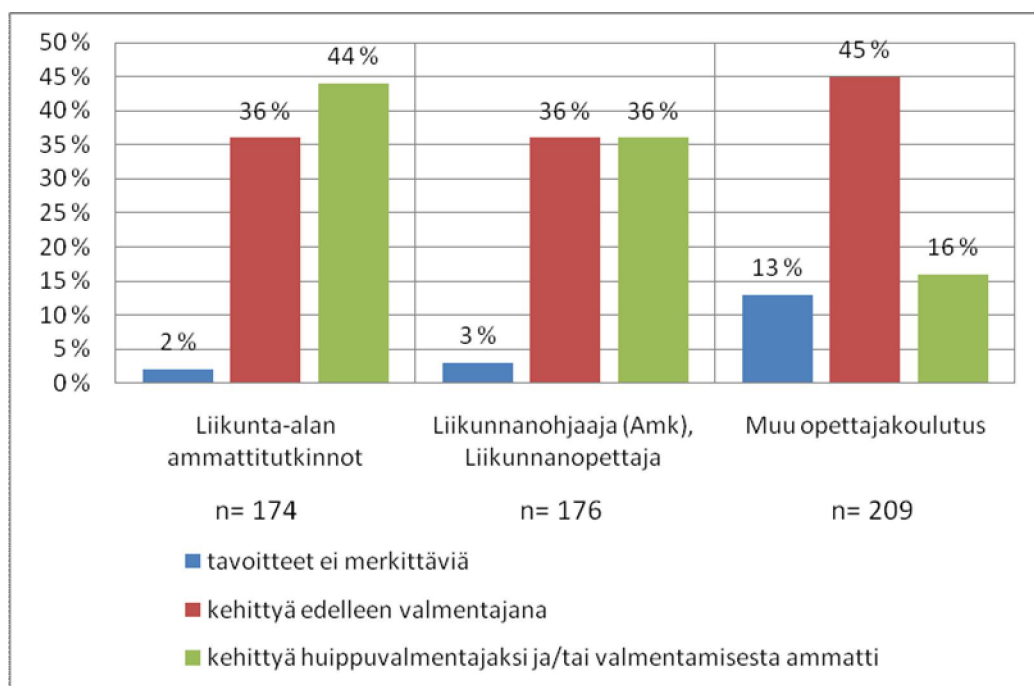


KUVIO 10. Valmentajien ja ohjaajien valmennettavien urheilijoiden taso (%)

#### 6.2.4 Opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteet ja ja valmennettavien urheilijoiden taso

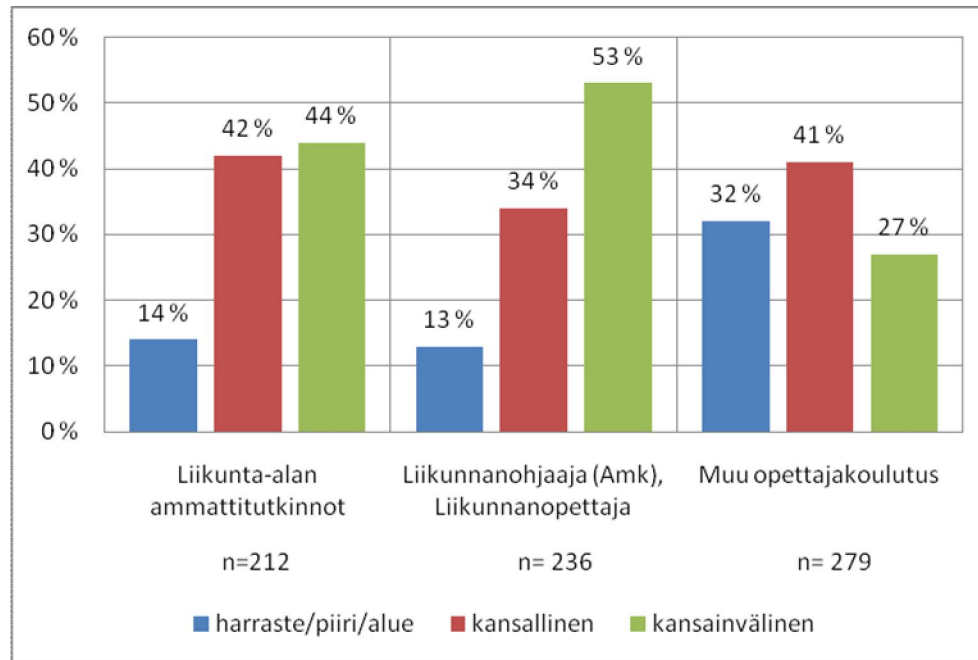
Tarkastelemiamme opetus- ja liikunta-alan koulutuksia olivat liikunta-alan ammattitutkinnot (liikunnan ammattitutkinto ja liikuntaneuvoja), liikunnanohjaaja (AMK) ja liikunnanopettajan koulutus sekä muu opettajakoulutus johon kuului myös luokanopettajan ja aineenopettajan koulutukset.

Näistä ryhmistä liikunta-alan ammattitutkinnon käyneillä henkilöillä oli valmennusuran tavoitteet korkeimmalla. 44 prosenttia heistä ilmoitti tavoitteekseen kehittyä huippuvalmentajaksi tai he tahtoivat saada valmentamisesta ammatin. Sama tavoite oli 36 prosentilla liikunnanohjaajista ja liikunnanopettajista sekä 16 prosentilla muun opettajakoulutuksen omaavista henkilöistä. Huomattavaa oli myös, että muun opettajakoulutuksen käyneistä henkilöistä suurimmalla osalla oli tavoitteena kehittyä edelleen valmentajana. Tässä ryhmässä oli myös prosentuaalisesti eniten henkilöitä joiden tavoitteet eivät olleet merkittäviä (13 %) verrattuna muihin ryhmiin (KUVIO 11).



KUVIO 11. Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteet (%)

Eniten kansainvälisen tason urheilijoita tässä ryhmässä valmensivat liikunnanohjaaja tai liikunnanopettajakoulutuksen käyneet henkilöt (53 %). Kansallisen tason urheilijoita valmensivat eniten liikunta-alan ammattitutkinnon omaavat vastaajat (42 %). Harraste-, piiri- tai aluetasolla näistä ryhmistä eniten toimivat muun opettajakoulutuksen käyneet valmentajat ja ohjaajat (32 %) (KUVIO 12).



KUVIO 12. Valmentajien ja ohjaajien valmennettavien urheilijoiden taso (%)

### 6.3 IV- ja V-tason valmentajakoulutuksen läpikäyneiden henkilöiden omaavat lajiliitto koulutukset

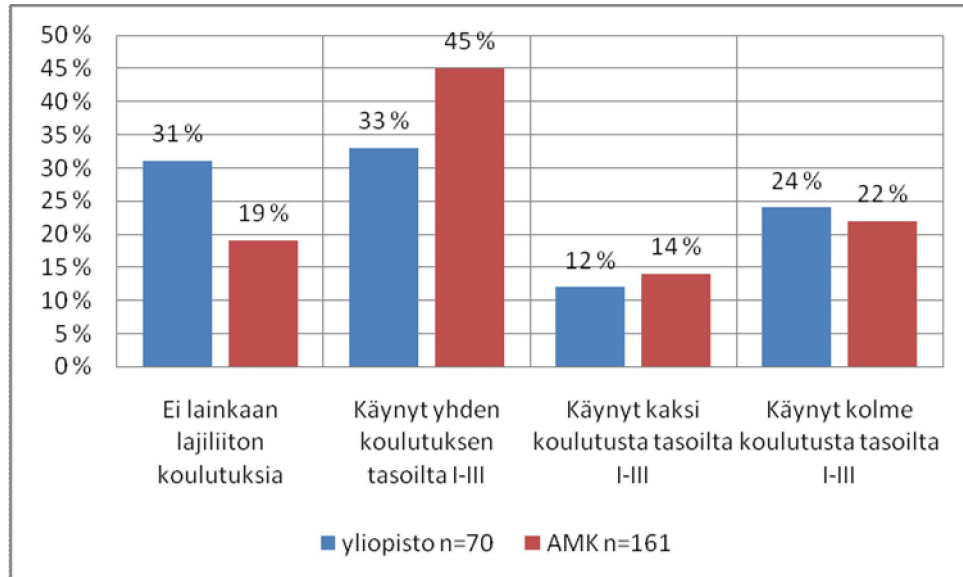
Viimeisenä selvitimme aineistosta, kuinka paljon IV-V-tason valmentajakoulutuksen omaavat henkilöt olivat käyneet lajiliittojen järjestämiä I-III-tason valmentajakoulutuksia. Jaoin käytyt lajiliittojen koulutukset neljään eri kategoriaan seuraavasti:

- Ei ollut käynyt lainkaan lajiliiton koulutuksia
- Käynyt yhden lajiliiton koulutuksen tasoilta I-III
- Käynyt kaksi lajiliiton koulutusta tasoilta I-III
- Käynyt kaikki lajiliiton koulutukset tasoilta I-III

Yliopistotason valmentajakoulutuksen omaavista valmentajista ja ohjaajista 31 prosenttia ei ollut käynyt lainkaan lajiliittojen järjestämiä koulutuksia, 33 prosenttia oli käynyt yhden koulutuksen, 12 prosenttia kaksi koulutusta ja 24 prosenttia oli käy-



nyt kaikki lajiliiton I-III-tason valmentajakoulutuksista. Vastaavat luvut ammatti-korkeakoulutason valmentajakoulutuksen omaavilla henkilöillä olivat: 19, 45, 14 ja 22 prosenttia (KUVIO 13).

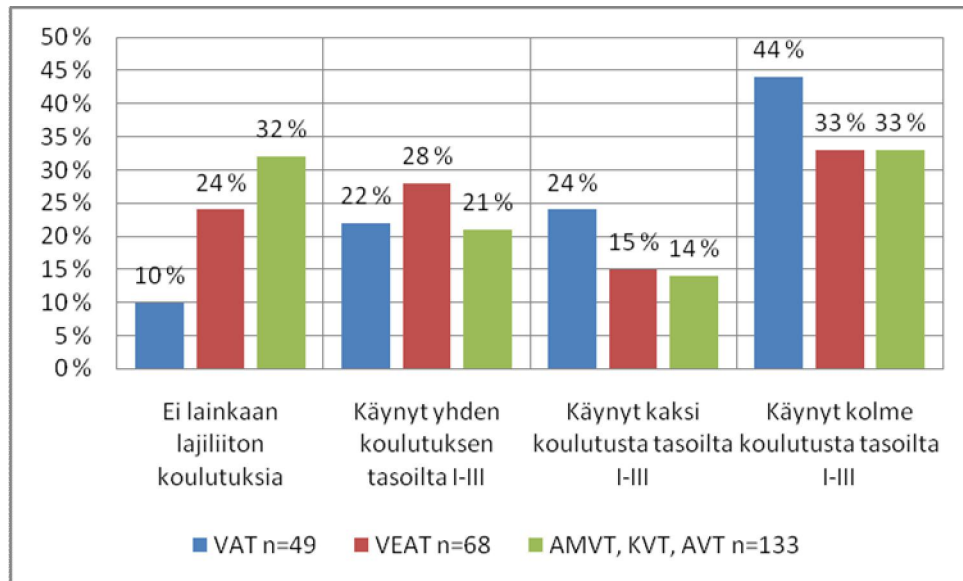


KUVIO 13. V-tason valmentajakoulutuksen käyneiden henkilöiden lajiliittokoulutukset

Valmentajan ammattitutkinnon (VAT) omaavista valmentajista ja ohjaajista vain 10 prosentilla ei ollut lainkaan lajiliittojen koulutuksia. Sen sijaan lähes puolet heistä (44 %) oli käynyt kaikki lajiliiton koulutukset sekä noin neljänneksellä oli joko yksi (22 %) tai kaksi (24 %) koulutusta käytynä (KUVIO 14).

Valmentajan erikoisammattitutkinnon (VEAT) omaavista valmentajista ja ohjaajista 24 prosentilla ei ollut lainkaan lajiliittojen koulutuksia. Kolmannes (33 %) oli käynyt kaikki koulutukset tasoilla I-III. Yhden koulutuksen oli käynyt 28 prosenttia ja kaksi koulutusta 15 prosenttia vastaajista (KUVIO 14).

IV-tason entiset AMVT, KVT ja AVT tutkinnot olivat yhtenä ryhmänä tämän kohdan kartoituksessa. Kyseisestä ryhmästä kolmannes (32 %) ei ollut käynyt lainkaan lajiliiton koulutuksia ja vastaavasti kolmannes (33 %) oli käynyt kaikki koulutukset tasoilla I-III. Yhden koulutuksen oli käynyt 21 prosenttia ja kaksi koulutusta 14 prosenttia vastaajista (KUVIO 14).



KUVIO 14. IV-tason valmentajakoulutuksen käyneiden henkilöiden lajiliittokoulutukset

## 7 POHDINTA

### 7.1 Suomalaisen valmentajien ja ohjaajien koulutustausta

Tutkimukseen vastasi yhteensä 2476 valmentajaa ja ohjaajaa. Koska vastaajajoukko on suuri, voidaan tuloksia pitää kattavana läpileikkauksena tai vähintäänkin suuntaa antavana suomalaisten valmentajien ja ohjaajien koulutustaustoista. Tutkimukseen osallistuneista vastaajista 71 prosenttia oli miehiä ja 29 prosenttia naisia. Vastanneista valmentajista ja ohjaajista eniten oli 40–49-vuotiaita (37 %). Todennäköisesti tämän ikäisillä valmentajilla on eniten aikaa panostaa valmennustyöhönsä ja siksi heitä on selkeä enemmistö. He voivat olla vanhempia, jotka ehkä oman työnsä ohella käyttävät vapaa-aikaansa lasten ja nuorten ohjaamiseen. Urheiluseurojen toiminta perustuu edelleen vapaaehtoisvetäjien kykyyn ja haluun panostaa seuratoimintaan.

Tutkimukseen osallistuneet valmentajat ja ohjaajat olivat tulosten perusteella pääosin kouluttautuneet jonkin ammatin tutkintoon. Lähes 80 prosentilla vastaajista oli joko ammatillinen perustutkinto, ammattikorkeakoulututkinto tai ylempi-/alempi korkeakoulututkinto. Koska valmentajat ja ohjaajat ovat suurelta osin keski-ikäisiä aikuisia, on heistä suuri osa suorittanut koulutuksensa loppuun. Todennäköisesti heistä suurin osa on työlämässä. Peruskoulu- tai lukiopohjalla valmentavat/ohjaavat henkilöt ovat suurelta osin nuoria, jotka vielä jatkavat mahdollisesti opiskelua. Lähes kaikki kyselyyn osallistuneet henkilöt olivat ilmoittaneet ”ylimmän suorittamansa koulutuksen” (n=2207). Henkilöt jotka eivät ilmoittaneet ylintä koulutustaan, opiskelivat parhaillaan (n=233).

Tutkimukseen osallistuneista valmentajista ja ohjaajista 30 prosentilla oli opetus- tai liikunta-alan koulutus. Opetus- tai liikunta-alan koulutuksen omaavat henkilöt todennäköisesti toimivat valmennuksellisesti vastuullisissa tehtävissä sekä koor-

dinoivat ja organisoivat toimintaa. Kaksi suurinta ryhmää olivat liikunta-alan ammattitutkinnon tai liikunnanohjaaja (opisto ja AMK) koulutuksen käyneet henkilöt. Liikunnanohjaajan AMK tutkinto on usein jatkumo liikunta-alan ammattitutkinnoille. Näillä henkilöillä on hyvät lähtökohdat toimia valmentajana tai ohjaajana ja mahdollisesti erikoistua johonkin tiettyyn lajiin.

Valmentajakoulutusta tarkasteltaessa lajiliittojen järjestämiä I-III-tason koulutuksia oli käyty eniten. Näistä tarkemmin I-tason valmentajakoulutuksen läpikäyneitä oli eniten (35 %). Koska lajiliittojen koulutuksia käydään eniten, on tärkeää, että niiden laatuun kiinnitetään huomiota. Tämän vuoksi vuonna 2005 perustetulla VOK-hankkeella (valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittäminen) on ollut suuri merkitys lajiliittojen koulutusten kehittämiseksi ja yhtenäistämiseksi.

Suomessa ei ole tutkittu tarkemmin eri valmentajakoulutusten sisältöä ja tai opetuksen laatua. Ulkomailta löytyy erilaisia tutkimuksia joissa on selvitetty mitä valmentajakoulutuksiin osallistuvat henkilöt toivoivat koulutuksissa opetettavan (Tonsick 2007). Toisessa tutkimuksessa kartoitettiin laajasti valmennuskurssille osallistuvien henkilöiden mielipiteitä opetuksen sisällöstä ja järjestelyistä (McCullick ym. 2005). Tällaisia laajempia tutkimuksia koulutusten sisällöistä ja osallistujien toiveista ei ole Suomessa tehty. Tämän tyylliset tutkimukset voisivat olla hyödyllisiä mietittäessä eri koulutusten sisältöjä ja opetustapaa.

## 7.2 Valmentajien ja ohjaajien valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso

Tutkimme työssämme vaikuttaako valmentajien koulutus heidän valmennusuran tavoitteisiinsa ja valmennettavien urheilijoiden tasoon. Valmennettavien tasoa tutkittaessa tarkoitettiin valmentajan valmentamia urheilijoita koko valmennusuran aikana. Valmentaja/ohjaaja valitsi itselleen sopivan vastausvaihtoehdon oman harkinnan mukaan. Tässä kohdassa riippui paljon valmentajan omasta tulkinnasta, on-

ko hän esimerkiksi kansallisen vai kansainvälisen tason valmentaja. Voiko valmentaja pitää itseään kansainvälisen tason valmentajana, jos urheilija kisailee vain harvoin ulkomailla?

#### 7.2.1 Lajiliittokoulutuksia paljon käyneiden valmentajien valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien tasot ovat korkeaa luokkaa

Ensimmäisessä ryhmässä tarkastelimme lajiliiton valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden tavoitteita. Lajiliiton koulutuksia paljon käyneet henkilöt halusivat huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatin itselleen huomattavasti useammin kuin vähän tai ei lainkaan valmentajakoulutuksia käyneet henkilöt. Tällaiset valmentajat ja ohjaajat ovat motivoituneita ja haluavat edetä valmentajaurallaan korkealle tasolle. He tahtovat kehittää ammattitaitoaan lajiliittojen järjestämien koulutusten avulla. Yksi oletus on, että koulutusten taso motivoi henkilöitä ammatillaiseen valmennukseen. Henkilöt, joiden valmennusuran tavoitteet eivät olleet merkittäviä, olivat useimmiten joko ilman valmentajakoulutusta (23 %) tai vähän lajiliiton koulutuksia (15 %) käyneitä henkilöitä. Tämä on loogista, koska todennäköisesti suurin osa heistä valmentaa tai ohjaa harrastetasolla vapaa-aikanaan. Ilman mitään valmentajakoulutusta valmentavat tai ohjaavat henkilöt olivat suurelta osin valtalajeista, eli jääkiekosta, jalkapallosta, hiihdosta tai yleisurheilusta. Kyseisissä lajeissa on suurimmat harrastajamäärät (SLU). Tämän vuoksi kyseisissä lajeissa tarvitaan koulutettujen ohjaajien lisäksi vapaaehtoisia ohjaajia, joilla ei ole valmentajakoulutusta. He ovat yleensä lasten vanhempia tai seurojen omia nuoria.

Lajiliiton koulutuksia paljon käyneistä henkilöistä 97 prosenttia valmensi joko kansallisen (38 %) tai kansainvälisen (59 %) tason urheilijoita. Sen sijaan vähän (59 %) tai ei lainkaan (73 %) valmentajakoulutuksia käyneet henkilöt valmensivat pääsääntöisesti harraste-, piiri-, tai aluetason urheilijoita. Huomion arvoista on se, että harraste-, piiri- ja aluetasolla toimii hyvin vähän kaikkia lajiliiton koulutuksia käyneitä valmentajia. Tälle tasolle olisi erittäin tärkeää saada osaavia valmentajia, jotka val-

mentaisivat nuoria ja lahjakkaita urheilijoita oikeaan suuntaan. Kilpaurheilussa tarve riittävien perusvalmiuksien ja oikeiden lajitekniikoiden omaksumiseen varhaisessa vaiheessa on entisestään korostunut. Varsinaisen valmennuksen tehostaminen saattaa siirtyä myöhemmälle iälle, jos joudutaan korjaamaan perusvalmiuksien puutteita. (Suomen Valmentajat ry 2004, 23)

Ilman valmentajakoulutusta valmentavista henkilöistä seitsemän prosenttia valmensi kansainvälisen tason- ja 20 prosenttia kansallisen tason urheilijoita. Kansainvälisen tason urheilijoita ilman valmentajakoulutusta valmentavat henkilöt olivat jääkiekosta (n=3), jalkapallosta (n=1), telinevoimistelusta (n=2) ja karatesta (n=2). Muutaman lajia ei tiedetty. Kaikissa lajeissa ei välttämättä vaadita valmentajakoulutusta edes huipputasolla. Valmentajalla saattaa olla esimerkiksi oman huippu-urheilu uran myötä niin paljon tietoa lajista, ettei varsinainen valmentajakoulutus ole välttämätön. Esimerkiksi kamppailulajeissa pelkkä vyöarvo ja sitä kautta hankittu tietotaito saattavat riittää kansainvälisen tason valmentajan rooliin.

#### 7.2.2 IV- ja V-tason valmentajakoulutuksista kansallisen- tai kansainvälisen tason urheilijoiden valmentajiksi

Valmentajan ammattitutkintoja sekä yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteissa ei ollut merkittäviä eroja. Vain murto-osa ilmoitti, ettei heillä ollut merkittäviä valmennusuran tavoitteita. Tästä voimme päätellä, että IV-V tason koulutuksen käyneet henkilöt, jotka toimivat valmennuksen piirissä ovat erittäin motivoituneita kehittämään itseään valmentajana. Näin ollen kyseisten koulutusten asettamat tavoitteet ja koulutusten läpikäyneiden valmentajien tavoitteet ovat pääsääntöisesti yhdenmukaisia.

Ammattivalmentajien sekä yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksen läpikäyneiden henkilöiden valmentamien urheilijoiden taso oli pääosin kansallinen tai kansainvälinen. Näiden ryhmien välillä ei ollut suuria eroja jakaumissa. IV- ja V- tason koulutuksen saaneet valmentajat valmentavat korkealla tasolla.

Hyvin harva valmentaja tästä joukosta valmentaa harraste-, piiri- tai aluetason urheilijoita. Korkeimman tason valmentajakoulutusten myötä kyseiset henkilöt hakeutuvat tai pääsevät valmentamaan koulutustaan vastaavia kohderyhmiä.

IV-tason koulutukset antavat valmiuden kansallisen- ja kansainvälisen tason valmennustehtäviä vastaaviin ammattimaisiin työtehtäviin. Suomen Valmentajat ry teetti vuonna 2005 valmentajan erikoisammattitutkinnon (VEAT) käyneiden valmentajien sijoittumista työelämään sekä heidän kokemuksiaan tutkintoon valmistavasta koulutuksesta koskevan tutkimuksen yhdessä KIHU:n kanssa. Tutkimuksessa kartoitettiin muun muassa VEAT:n käyneiden henkilöiden työllistymistä koulutuksen jälkeen. 39 prosenttia vastaajista oli joko sivu- tai päätoiminen valmentaja jo ennen tutkinnon suorittamista. Neljäsosa työllistyi heti ammattivalmentajaksi tutkinnon jälkeen. Osa tutkinnon suorittaneista oli siirtynyt kokonaan valmennuksen ulkopuolelle, esimerkiksi koulutustehtäviin. (Valmentaja 2006, 17.)

### 7.2.3 Yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksissa ei ollut merkittäviä eroja valmennusuran tavoitteissa tai valmennettavien urheilijoiden tasoissa

Vertasimme yliopisto- ja ammattikorkeakoulutason käyneitä valmentajia keskenään. Näidenkään ryhmien valmennusurien tavoitteet eivät suuremmin eronneet toisistaan, mutta AMK-tason valmentajat halusivat useammin kehittyä huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatin. Molemmista ryhmistä yhteensä alle 10 prosentilla ei ollut minkäänlaisia tavoitteita valmennusuralleen. V-tason valmentajakoulutukseen hakeutuvat henkilöt, jotka ovat kiinnostuneita kehittämään omaa valmennusosaamistaan huipputasolle asti. Näin ollen tämän tason koulutuksen käyneiden valmentajien ja ohjaajien tavoitteet ovat korkealla.

Molemmat ryhmät myös valmentavat korkealla tasolla. Yliopistotason valmentajista kuitenkin suurempi osa (79 %) ilmoitti valmentavansa kansainvälisen tason urheilijoita. Luku on todella suuri, vaikka kyseessä ovatkin henkilöt, jotka ovat saa-

neet korkeimman mahdollisen liikunta-alan koulutuksen, jonka Suomessa voi saada. Tässäkin täytyy muistaa että, vastaajat ovat itse päättäneet, ovatko he kansainvälisen tason urheilijoiden valmentajia. Voi olla, että osa tähän kohtaan vastanneista ei välttämättä ole kaikilla mittapuilla mitattuna kansainvälisen tason urheilijoiden valmentajia. Toinen huomionarvoinen seikka oli, että 15 prosenttia AMK-tasoisista valmentajista ilmoitti valmentavansa harraste-, piiri- tai aluetason urheilijoita. Tämä on meidän mielestämme pelkästään hyvä asia. Kuten olemme aikaisemminkin jo huomauttaneet, on tärkeää että tällä tasolla urheilijat kohtaavat ammattitaitoisia valmentajia.

#### 7.2.4 Yhteenveto eri valmentajakoulutuksia käyneistä valmentajista ja ohjaajista

Vaikuttaa siltä, että tähän kyselyyn vastanneet suomalaiset valmentajat ja ohjaajat ovat pääosin erittäin motivoituneita kehittämään itseään. Suuri osa valmentajista ja ohjaajista tahtoo myös valmentamisesta ammatin itselleen tai kehittyä huippuvalmentajaksi. Suomalaisissa valmentajissa on siis selvästi halua ryhtyä ammattivalmentajiksi. Tällä hetkellä Suomessa vain on hyvin vähän paikkoja ja mahdollisuuksia olla taysipäiväinen valmentaja. Useassa lajissa tarvittaisiin paljon enemmän kokopäiväisiä valmennuksen ammattilaisia, mutta harvassa lajissa on resursseja tähän.

Mitä korkeammalle tasolle valmentaja oli kouluttanut itseään, sitä korkeammat olivat myös valmennusuran tavoitteet. Myös valmennettavien urheilijoiden tasoa tarkasteltaessa päti sääntö: mitä korkeamman koulutuksen valmentaja oli käynyt, sitä korkeampi oli valmennettavien urheilijoiden taso. Tästä ei voida vetää vielä kovinkaan suuria johtopäätöksiä suomalaisen valmentajakoulutusjärjestelmän toimivuudesta, koska korkean asteen valmentajakoulutuksiin hakeutuvilla henkilöillä on varmasti poltetta omaa lajia kohtaan ja näin myös tahtoa kehittää itseään valmentajana. Suomalaisten valmentajakoulutusten tulee vastata tähän osallistujien



kehittymisen haluun ja pidettävä huoli siitä, että koulutukset ovat hyödyllisiä ja motivoivia.

### 7.3 Opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneillä henkilöillä valmennusuran tavoitteet ovat korkeat ja he valmentavat monipuolisesti eri tason urheilijoita

Seuraavana isona ryhmänä tarkastelimme opetus- ja liikunta-alan koulutuksia käyneiden henkilöiden valmennusuran tavoitteita ja valmennettavien urheilijoiden tasoja. Tarkastelemiamme opetus- ja liikunta-alan koulutuksia olivat liikunta-alan ammattitutkinnot (liikunnan ammattitutkinto ja liikuntaneuvoja), liikunnanohjaaja (AMK) ja liikunnanopettajan koulutus sekä muu opettajakoulutus, johon kuului myös luokanopettajan ja aineenopettajan koulutukset.

Liikunta-alan ammattitutkinnon suorittaneilla henkilöillä oli kovin motivaatio kehittyä huippuvalmentajaksi tai saada valmentamisesta ammatti. Heistä 44 % kirjasi edellä mainitun valmennusuransa tavoitteekseen. Myös liikunnanohjaajista (AMK) ja liikunnanopettajista suurella osalla (36 %) oli tavoitteena kehittyä huippuosaajaksi valmennuksen saralla. Luonnollisesti muun opettajakoulutuksen saaneet vastaajat eivät olleet niin tavoitteellisia valmentajia. Heistä vain 16 prosenttia tahtoi valmentamisesta ammatin tai kehittyä huippuvalmentajaksi. Liikunta-alan ammattitutkinnon suorittaneista vain 2 prosentilla ja liikunnanohjaajista (AMK) sekä liikunnanopettajista vain 3 prosentilla ei ollut suurempia tavoitteita. Nämä luvut ovat hyvin pieniä ja kertovat siitä, että liikunta-alalta valmistuneet ohjaajat ja valmentajat ovat motivoituneita työhönsä.

Liikunta-alan ammattitutkinnon suorittaneet valmentajat valmensivat eniten kansallisen tason urheilijoita (42 %). Liikunnanohjaajat/opettajat valmensivat eniten kansainvälisen tason urheilijoita (53 %) ja muun opettajakoulutuksen omaavat henkilöt eniten harraste-, piiri-, aluetason urheilijoita (32 %). Muun opettajakoulutuksen omaavat henkilöt valmentavat suurelta osin omaksi ilokseen tai työn puolesta. Liikunnanohjaajilla/opettajilla on tässä ryhmässä korkein koulutus, joten ei ole yllätys, että he valmentavat eniten kansainvälisen tason urheilijoita. Mitään suurempia joh-

topäätöksiä ei voida tehdä. Pitää ottaa huomioon, että tällä vertailuryhmällä voi olla monia lajiliiton koulutuksia käytynä.

#### 7.4 Lajiliittojen koulutukset ammatillisissa valmentajakoulutuksissa

Viimeisenä kohtana tarkastelimme, kuinka paljon IV- ja V-tason koulutuksen läpikäyneet henkilöt ovat suorittaneet lajiliittojen koulutuksia. Lajiliiton koulutukset ovat pohja kaikkien valmentajien työhön ja ennen VAT- tai VEAT- koulutuksia olisi tarkoitus olla pohjalla ainakin joitakin lajiliiton koulutuksia.

Otamme ensiksi pohdinnan alle yliopisto- ja AMK-tason valmentajakoulutuksen käyneet henkilöt. Yliopistotason koulutuksen suorittaneista 31 prosenttia ja ammattikorkeakoulutason koulutuksen suorittaneista 19 prosenttia ei ollut käynyt lainkaan lajiliittojen koulutuksia. Molempiin koulutuksiin on haettava erillisessä haussa, ja vain harva saa opiskelupaikan. Näistä suuri osa on nuoria opiskelijoita, joilla ei vielä yksinkertaisesti ole ollut aikaa käydä lajiliiton koulutuksia.

Yliopistotason valmentajakoulutuksen tavoitteena on tuottaa urheiluvalmentajien lisäksi kouluttajia, tutkijoita ja testaajia, jotka eivät välttämättä koe tarvitsevana koulutuksensa jälkeen lajiiton koulutusta työssään. Valmistuneiden katsotaan pystyvän itsenäisesti kehittämään omaa lajiaan ja antamaan alan koulutusta (Suomen Valmentajat ry 2004, 17). Kyseiset V-tason koulutukset ovat korkeinta mahdollisinta valmentajakoulutustasoa, joten he ovat saattaneet hyvinkin kokea lajiliittojen koulutukset turhiksi valmistumisen jälkeen.

Selkeä enemmistö molemmista ryhmistä oli kuitenkin käynyt yhden lajiliiton järjestämän koulutuksen. Tämä voi kertoa siitä, että todennäköisesti V-tason valmentajakoulutuksen lisäksi halutaan jonkin tietyn lajin lajikoulutus. Usein V-tason koulutuksen jälkeen käydään esimerkiksi suoraan lajin korkein lajiliiton järjestämä III-tason valmentajakoulutus. Huomattavaa tuloksissa kyseisten ryhmien kohdalla oli se, että peräti neljännes vastaajista oli käynyt kaikki koulutukset tasoilla I-III. Tu-

lokset eivät kuitenkaan kerro sitä, missä vaiheessa kukin on koulutuksensa suorittanut. Lajiliiton koulutukset antavat myös lisäpisteitä haettaessa V-tason koulutuksiin.

Valmentajan ammattitutkinnon (VAT) käyneistä henkilöistä lähes puolet oli käynyt kaikki lajiliiton I-III-tason koulutuksista. Valmentajan erikoisammattitutkinnon (VEAT) ja entisten ammattivalmentajakoulutusten käyneistä kolmasosa oli käynyt kaikki lajiliiton koulutukset. VAT- ja VEAT- koulutuksiin on yleisesti pääsyvaatimuksena kaikkien oman lajin I-III-tason koulutusten suorittaminen. Tuloksissa tämä seikka näkyy varsin selvästi.

Tuloksissa oli jonkin verran myös yhden tai kahden lajiliiton koulutustason suorittaneita IV-tason käyneitä valmentajia. Pääsyvaatimukset poikkeavat hieman eri liikunnan koulutuslaitoksissa, mutta kyseisille kursseille pääsee myös liikuntaneuvojan tutkinnon suorittaneena tai useamman vuoden päätoimisen valmennuskokemuksen myötä. Lajiliitot tai vastaavat järjestöt voivat myös toimia suosittelijana tai koulutukseen ohjaajana mikäli hakijan ”meriitit” eivät muuten riitä.

Entisten AMVT-, KVT- ja AVT-koulutusten käyneistä henkilöistä kolmanneksella (32 %) ei ollut lainkaan lajiliiton koulutuksia. Yllättävän suuri osuus (24 %) VEAT:n käyneistä valmentajista ei omannut yhtäkään lajiliiton kurssia. VAT:n käyneillä kyseinen prosentti oli 10. Valmentajat ry:n tutkimustuloksissa esitettiin kritiikkiä erityisesti ammattivalmentajatutkintoihin osallistuvien henkilöiden koulutus- ja kokemustaustan suuren vaihtelevuuden takia. Yli kymmenesosa oli ylikoulutettua, eli heillä oli pohjalla ammattikorkea- tai yliopistotutkinto valmennuksesta (Valmentaja 2006, 17). Tämä on hyvin ilmeinen syy sille, miksi osalla IV-tason suorittaneista henkilöistä ei ole lainkaan lajiliiton koulutuksia.

## 8 YHTEENVETO & ARVIOINTI

Työ on laaja ja sen aineisto oli erittäin kattava. Tästä johtuen aiheen rajaaminen oli koko projektin haastavin osa. Käytännössä aineisto oli koodattu valmiiksi auki Excel-pohjaiseen taulukkoon, josta meidän tehtäväksemme jäi laatia tulokset työhön valittujen vastausten perusteella. Aineisto sisälsi monia mielenkiintoisia kysymyksiä vastauksineen, joita harkitsimme työmme avainkysymyksiksi. Työn perusajatus, eli valmentajien ja ohjaajien käymien koulutusten kartoittaminen oli selvää jo työn aloittamisesta asti. Valmennusuran tavoitteiden ja valmennettavien urheilijoiden tason tutkiminen koulutusten yhteydessä selkeni vasta paljon myöhemmässä vaiheessa työn edetessä. Työhön olisi ollut mahdollista ottaa lisäksi muitakin näkökulmia mutta päätimme rajata aiheen mahdollisimman selkeästi, jotta työmäärä ei olisi kasvanut kohtuuttoman suureksi. Aiheen selkeän rajaamisen myötä uskomme työn/tulosten luotettavuuden olevan parempi.

Työn sisältö antoi meille paljon tietoa suomalaisesta valmentajakoulutusjärjestelmästä, joka ei ollut meille entuudestaan tuttu. Työn myötä sisäistimme valmentajakoulutusjärjestelmän eri tasot ja niiden tavoitteet. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen kehittämishanke on varmasti tullut tärkeään kohtaan selkeyttämään ja yhdistämään eri lajiliittojen koulutuksia ja koulutustasoja. Lajiliittojen koulutukset ovat tärkeitä jokaisen valmentajan koulutuksessa. Valmistumme itse henkilökohtaisesti ammattikorkeakoulutason valmentajakoulutuksesta liikunnanohjaajiksi. Olemme molemmat käyneet valmennuksen suuntautuvat opinnot ja täten saavuttaneet valmentajakoulutuksen korkeimman tason V. Silti koemme, että lajiliiton koulutukset II-III olisivat meille hyödyllisiä tutkintoja tietyn lajin valmentajaksi erikoistuessa. Suomalaisessa valmennuskulttuurissa lajiliittojen pitää kehittää tulevaisuudessa myös lajikohtaisia oppisisältöjä VOK:n mukanaan tuomien kaikille yhteisten sisältöjen lisäksi.

Opinnäytetyömme oli kartoituksenomainen tutkimustyö, joten työmme tuloksista ei voida tehdä suuria johtopäätöksiä tai arvioida valmentajakoulutuksen vaikuttavuutta kovin syvällisesti. Suomalaista valmentaja- ja ohjaajakuntaa voidaan kuitenkin

kuvailla tiivistettynä seuraavasti: Suuri osa valmentajista ja ohjaajista koostuu nuorista aikuisista tai keski-ikäisistä henkilöistä, jotka ovat kouluttautuneet johonkin ammattiin ja joista kolmasosa omaa opetus- tai liikunta-alan tutkinnon. Valmentajakoulutuksista selkeästi eniten on käyty lajiliittojen koulutuksia. Mitä korkeammalle tasolle valmentaja oli kouluttautunut, sitä korkeammalla olivat myös valmennusuran tavoitteet ja valmennettavien urheilijoiden taso.

Työn edetessä nousi esiin muutamia mielenkiintoisia kysymyksiä, jotka vaativat lisää tutkimuksia. Työssämme on käsitelty kaikkia kyselyyn osallistuneita valmentajia ja ohjaajia. Olisi mielenkiintoista tutkia, miten koulutuksia on käyty eri lajien parissa ja millaisin tavoittein tai millä tasolla niissä toimitaan? Mielenkiintoa herätti myös sellaiset kansainvälisen tason valmentajat, jotka eivät olleet käyneet mitään valmentajakoulutusta. Miten tällaiset valmentajat ovat saavuttaneet korkean aseman? Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia miten, ja mitä muita lähteitä kuin valmentajakoulutusta valmentaja käyttää oppimiseen ja asiantuntijuutensa kehittämiseen? Kulkevatko käytäntö ja teoria käsi kädessä? Näihin aiheisiin KIHU:n tuottaman kyselyn aineisto sopisi mainiosti.

Tämän opinnäytetyön tekemisessä oli paljon hyviä puolia. Suurimpana hyötynä koimme saamamme kokemuksen ison projektityön hallinnassa. Lisäksi Excel-  
taulukko-ohjelman käyttämisestä ja sen ominaisuuksien hyödyntämisestä työhön liittyvien tulosten tekemisessä on tulevaisuudessa varmasti hyötyä. Parityönä tehty työ kasvatti molemmilla tekijöillä sosiaalisia taitoja ja tiimityöstä saatiin positiivisia kokemuksia. Työn loppuvaiheessa teimme yhteistyötä etänä, jossa käytimme hyväksi sähköisiä kommunikointimenetelmiä. Tässä kohtaa on hyvä muistuttaa, että emme suinkaan tehneet työtä täysin omillamme, vaan opinnäytetyön ohjaajamme Kirsi Hämäläinen on ollut suurena apuna työn etenemisessä. Teimme myös jonkin verran yhteistyötä samasta aineistosta opinnäytetyötä tehneiden opiskelijoiden kanssa, joten kiitämme tasapuolisesti kaikkia osapuolia hyvästä yhteistyöstä!

## Lähteet

Alkula, T., Pöntinen, S. & Ylöstalo, P. 2002. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiivise menetelmät. Uudistettu 4. painos. Juva: WSOY.

Becker, A. & Wrisberg, C. 2008. Effective coaching in action observations of legendary collegiate basketball coach Pat Summit. *The sport psychologist* 22/2008, 197-211.

Becker Andrea J. (2009) It's Not What They Do, It's How They Do It: Athlete Experiences of Great Coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching* 1/2009, 93-119.

Ben-Peretz, M. (2002) Retired teachers reflect on learning from experience, *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 8(3/4), 313–323.

Cote, J. & Gilbert, W. 2009. An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International journal of sports science & coaching*. 3/2009, 307-319.

Haaga-Helia 2010. Hakeminen [verkkajulkaisu]. [viitattu 1.4.2010]. Saatavissa: <http://www.haaga-helia.fi/fi/hakeminen/amk-tutkinto/liikunnan-ja-vapaa-ajan-ko/index.html>

Hakkarainen, H., Jaakkola, T., Kalaja, S., Lämsä, J., Nikander, A. & Riski, J. 2009. Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Jyväskylä: VK-Kustannus.

Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. Uudistettu 7. painos. Helsinki: Edita.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja Kirjoita. 15. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja Kirjoita. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.

Hämäläinen, K. 2008. Urheilija ja valmentaja urheilun maailmassa. Eetokset, ihanteet ja kasvatus urheilijoiden tarinoissa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston kirjasto.

Jones, R. L., Armour, K. M. & Potrac, P. (2004) Sports coaching cultures: from practice to theory (London, Routledge).

Lemyre, F., Trudel, P. & Durand-Bush, N. 2007. How youth-sport coaches learn to coach. *The sport psychologist* 21/2007, 191-209.

McCullick, B., Belcher, D., Schempp, P. (2005) What works in coaching and sport instructor certification programs? The participants' view. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 2, 121–137.

Opetushallitus 2007. Näyttötutkintojen perusteet [verkkojulkaisu]. [viitattu 1.4.2010]. Saatavissa:

[http://www.oph.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/oph/embeds/111151\\_valmentaja\\_ammattitutkinto.pdf](http://www.oph.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/oph/embeds/111151_valmentaja_ammattitutkinto.pdf)

Opetushallitus 2007. Näyttötutkintojen perusteet [verkkojulkaisu]. [viitattu 1.4.2010]. Saatavissa:

[http://www.oph.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/oph/embeds/111152\\_valmentaja\\_erikoisammattitutkinto.pdf](http://www.oph.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/oph/embeds/111152_valmentaja_erikoisammattitutkinto.pdf)

Opetushallitus 2010. Liikunnanohjauksen perustutkinto, liikuntaneuvoja 2010. [verkkojulkaisu]. [viitattu 30.3.2010]. Saatavissa:

[http://www.oph.fi/download/124248\\_Liikunnanohjaus.pdf](http://www.oph.fi/download/124248_Liikunnanohjaus.pdf)

Opetusministeriö 2010. Koulutus [verkkojulkaisu]. Opetusministeriö. [viitattu 30.3.2010]. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/?lang=fi>

Suomen Liikunta ja Urheilu ry. 2005–2006. Kansallinen liikuntatutkimus. [verkkojulkaisu]. SLU. [viitattu 14.9.2010]. Saatavissa:

[www.slu.fi/liikuntapolitiikka/liikuntatutkimus2/](http://www.slu.fi/liikuntapolitiikka/liikuntatutkimus2/)

Suomen Valmentajat ry 2010. Suomalainen kilpa- ja huippu-urheilun valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmä 2004. [verkkojulkaisu]. [viitattu 1.4.2010]. Saatavissa:

[http://www.suomenvalmentajat.fi/mp/db/file\\_library/x/IMG/12820/file/kilpajahuippu\\_urh\\_valmjaohjkoul\\_jarj.pdf](http://www.suomenvalmentajat.fi/mp/db/file_library/x/IMG/12820/file/kilpajahuippu_urh_valmjaohjkoul_jarj.pdf)

Tiffanye M. Vargas Tonsig. (2007) Coaches' Preferences for Continuing Coaching Education. International Journal of Sports Science & Coaching, 1/2007, 25-35.

Tuomi, J. 2007. Tutki ja lue. Johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Jyväskylä: Tammi.

Uusitalo, H. 1998. Tiede, tutkimus ja tutkielma. Johdatus tutkielman maailmaan. Juva: WSOY.

Valmentajakoulutus 2010. Mitä on vok? [verkkojulkaisu]. [viitattu 24.8.2010]. Saatavissa: [http://www.valmentajakoulutus.fi/mita\\_on\\_vok/](http://www.valmentajakoulutus.fi/mita_on_vok/)

Valmentajakoulutus 2010. Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen perusteet 2010. [verkkojulkaisu]. [viitattu 24.8.2010]. Saatavissa: <http://www.valmentajakoulutus.fi/vok/>

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Tammi.

Vierumäki 2010. Koulutuspalvelut [verkkojulkaisu]. [viitattu 1.4.2010]. Saatavissa: <http://www.valmentajainstituutti.fi/koulutuspalvelut/valmentajakoulutukset>

Virpiniemi 2010. Koulutus [verkkojulkaisu]. [viitattu 1.4.2010]. Saatavissa: <http://www.virpiniemi.fi/koulutus/>



Wright, T., Trudel, P. & Culver, D. 2007. Learning how to coach: The different learning situations reported by youth ice hockey coaches. *Physical education and sport pedagogy* 2/2007, 127–144.